

Helena Pöyskö

**OULULAISTEN MIELENTERVEYSKUNTOUTUJEN HYVINVOINTI  
YKSITYISESSÄ PALVELUASUMISYKSIKÖSSÄ**

# **OULULAISTEN MIELENTERVEYSKUNTOUTUJIEN HYVINVOINTI YKSITYISESSÄ PALVELUASUMISYKSIKÖSSÄ**

Helena Pöyskö  
Opinnäytetyö  
Kevät 2014  
Sosiaaliala  
Oulun seudun  
ammattikorkeakoulu

# TIIVISTELMÄ

Oulun seudun ammattikorkeakoulu

Sosiaali-alan koulutusohjelma

---

Tekijä:	Pöyskö, Helena
Opinnäytetyön nimi:	Oululaisten mielenterveyskuntoutujien hyvinvointi yksityisessä asumispalveluyksikössä
Työn ohjaajat:	Kokko, Seija ja Ylikauma, Pirjo
Työn valmistumislukukausi ja -vuosi:	Kevät 2014
Sivumäärä:	48+11 liitesivua

---

Tämän tutkimuksellisen opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää oululaisten, yksityisessä palvelukodissa asuvien mielenterveyskuntoutujien hyvinvointia. Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvailla asukkaiden hyvinvointia sekä subjektiivisesta, että objektiivisesta näkökulmasta.

Tutkimuksen teoreettinen viitekehys perustuu suomalaisen sosiologin Erik Allardtin tarveperustaiseen hyvinvoinnin määritelmään, jossa hyvinvointia kuvataan kolmen eri ulottuvuuden avulla. Nämä hyvinvoinnin ulottuvuudet ovat elintaso, yhteisyssuhteet sekä itsensä toteuttaminen.

Tutkimuksen aineisto kerättiin lomakehaastatteluilla. Haastattelulomakkeessa oli asteikkoon perustuvia kysymyksiä, suljettuja kysymyksiä sekä avoimia kysymyksiä. Käytössä oli siis aineistotriangulaatio, jossa yhdistettiin sekä kvantitatiivista että kvalitatiivista tutkimusotetta. Asteikkoon perustuvien kysymyksien vastauksista muodostettiin taulukoita ja avoimien kysymyksien vastauksia käytettiin selittämään niissä esiintyviä poikkeavuuksia sekä antamaan vastauksille lisää syvyyttä.

Useimmat vastaajista olivat erittäin tai jokseenkin tyytyväisiä hyvinvointiinsa. Hyvinvointia tukeviksi asioiksi nousivat selkeimmin ihmissuhteet, sekä tyytyväisyys asumiseen, tukeen ja ohjaukseen. Keskeisimmät hyvinvointia haittaavat seikat olivat tyytymättömyys taloudelliseen tilanteeseen ja palveluihin sekä fyysisen terveyden tuomat haasteet.

---

Asiasanat: hyvinvointi, mielenterveyskuntoutuja, elintaso, itsensä toteuttaminen, yhteisyssuhteet, osallisuus

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

---

Author:	Pöyskö, Helena
Title of thesis:	The well-being of mental health rehabilitees living in a private housing unit provided by the city of Oulu
Supervisors:	Kokko, Seija ja Ylikauma, Pirjo
Term and year when the thesis was submitted:	Spring 2014
Number of pages:	48+11 appendix pages

---

The aim of the thesis was to research the well-being of mental health rehabilitees, living in a private housing service unit. The thesis was commissioned by the city of Oulu and all of the participants were clients of its mental health services.

The frame of reference of this thesis was based on the definition of well-being by the Finnish sociologist, Erik Allardt. According to his theory, well-being is based on fulfilling the basic human needs which he divides in three dimensions: having, loving and being.

The research method used in this thesis was the triangulation design. This means that the data was collected with structured interviews using both quantitative and qualitative questions. The data was then analyzed by organizing the answers by themes, using Allardt's dimensions mentioned above. Closed and scale questions were displayed by using theme tables and open ended questions were used to help understanding the deviancy in the tables and to bring more subjectivity and depth to the answers.

The results show that the well-being of the interviewees is mostly good. The main things that appeared to be harmful to their well-being were challenges in their physical health as well as financial issues.

---

Key words: well-being, mental health, having, loving, being, participation

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	6
2 HYVINVOINTI.....	8
3 MIELENTERVEYSKUNTOUTUJAN HYVINVOINTI.....	12
4 KOKONAISVALTAINEN IHMINEN.....	15
5 AIEMMAT TUTKIMUKSET.....	17
6 TUTKIMUSMETODOLOGIA.....	19
7 TUTKIMUSTEHTÄVÄT.....	22
8 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	24
8.1 AINEISTON KERUU JA KOHDEJOUKKO.....	24
8.2 AINEISTON ANALYYSI.....	26
9 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS.....	28
10 TULOKSET.....	31
11 JOHTOPÄÄTÖKSET JA TULOSTEN YHTEENVETO.....	39
12 POHDINTA.....	42
LÄHTEET.....	45
LIITE 1 – KYSELYLOMAKE.....	49
OPINNÄYTETYÖNYHTEISTYÖSOPIMUS.....	58

# 1 JOHDANTO

Tutkimuksella on aina jokin tarkoitus, ja se ohjaa tutkijan strategisia ratkaisuja joka vaiheessa (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2009, 128). Opinnäytetyöni tarkoituksena oli kuvailla Oulun kaupungin asumispalveluita käyttävien mielenterveyskuntoutujien kokemuksia, heidän omasta hyvinvoinnistaan ja sen rakentumisesta arjessa. Haastateltavat asuivat yksityisessä, mielenterveyskuntoutujille tarkoitetussa palvelukodissa, jolta Oulun kaupunki ostaa asumispalveluita kuntalaisilleen. Tutkimukseni oli osa Oulun seudun ammattikorkeakoulun opinnäytetyöryhmää, jossa sosiaalialan opiskelijoilla oli tarkoituksena tuottaa viisi, keskenään vertailukelpoista tutkimusta Oulun kaupungin asumispalveluita käyttävien mielenterveys- ja päihdekuntoutujien hyvinvoinnista.

Tutkimukseni tarpeellisuudesta kertoo jatkuvasti lisääntyvä mielenterveyspalveluiden tarve sekä avohuoltoon tähtäävä sosiaalipolitiikka. Vaikka mielenterveydenhäiriöt eivät ole merkittävästi lisääntyneet, niihin liittyvä työkyvyttömyys on noussut rajusti. Avohoidon kehittäminen on ensisijaista ja vasta sen jälkeen voidaan supistaa laitoshoidtoa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 13–14. hakupäivä 25.10.2013.) Vuoden 2012 Sosiaalibarometrissä kysyttiin kuntien terveystieteiden johtajilta talousarvioiden budjetoinnista. Vastauksista nousee selkeästi esille, että psykiatriseen avohoitoon on lisätty resursseja ja laitoshoidolta niitä on vähennetty (em. 61.) Mielenterveyspalveluiden lisääntymispaineiden alla on syytä kiinnittää entistä enemmän huomiota niiden laatuun. Kokemuksellinen asiantuntijuus on tärkeää laadun varmistamisessa ja palveluiden kehittämisessä. Tämän vuoksi tutkimukseni on ajankohtainen.

Omat oppimistavoitteeni pohjautuivat ammattikorkeakoululaissa säädettyyn opinnäytetyön tavoitteeseen: ”Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää ja osoittaa opiskelijan valmiuksia soveltaa taitojaan ammattiopintoihin liittyvässä käytännön asiantuntijatehtävässä” (Valtioneuvoston asetus ammattikorkeakouluista

423/2005 7§). Tutkimuksen tekeminen oli minulle täysin uusi asia ja tavoitteenani oli saada aikaan luotettava ja kohderyhmälle hyödyllinen tutkimus ja samalla oppia tutkimuksen tekemisen pääpiirteet.

Työskentelen tällä hetkellä mielenterveyskuntoutujien parissa ja siksi opinnäytetyöni aihe on minulle tärkeä ammatillisuuteni kehittymisen kannalta. Tavoitteenani oli saada lisää avaimia työskentelyyni hyvinvoinnin syvällisen tarkastelu avulla. Minä olen itse työssäni vaikuttamassa juuri niihin aiheisiin, jotka ovat opinnäytetyöni tutkimustehtävissä keskeisiä. Tavoitteenani oli saada uusia näkökulmia asioihin, jotka ovat jatkuvasti esillä työpaikkani arjessa ja sitä kautta myös kehittää omaa osaamistani ja työskentelytapojani esimerkiksi asiakkaiden tukemisessa. Tavoitteenani on myös oppia soveltamaan sosiaalialan eettisiä arvoja tutkimuksellisessa työssä.

## 2 HYVINVOINTI

Hyvinvointi-käsitettä on määriteltä useilla eri tavoilla ja sen muotoutuminen on hyvin pitkälti sidoksissa aikaan, paikkaan sekä lähestymisnäkökulmaan. Juuri tästä syystä sitä on haastava arvioida ja mitata. Hyvinvointia voidaan määritellä objektiivisesti sekä subjektiivisesti. Objektiivista puolta kuvaillaan yleensä arvioimalla terveyttä, elinoloja sekä toimeentuloa, kun taas subjektiivisella puolella tarkkaillaan onnellisuutta, itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia sekä sosiaalisia suhteita. Nämä kaksi katsantokantaa ovat toisistaan riippuvaisia. Varsinkin objektiivisen hyvinvoinnin runsaus tuottaa subjektiivista hyvinvointia, mutta ei suinkaan ole sen tae.

Hyvinvointitutkimuksia tehdään paljon ja nykypäivänä on alettu tutkia yhä enemmän hyvinvoinnin subjektiivista puolta. Esimerkiksi Sosiaali- ja terveysministeriön tutkimus- ja kehittämiskeskus on julkaissut neljä raporttia suomalaisten hyvinvoinnista vuosina 2002, 2006, 2008 ja 2010. Näissä teoksissa kartoitetaan hyvinvoinnin kehitystä ja jakautumista väestössä objektiivisesti sekä elämänlaadun ja mielipiteiden perusteella. Vaaraman, Moisio ja Karvoson tekemän viimeisimmän raportin mukaan suomalaisten hyvinvointi on kasvanut, mutta ihmisten eriarvoisuus on lisääntynyt erilaisissa sosioekonomisissa asemissa hyvinvoinnin ja palvelujen saatavuuden sekä terveyden saralla. Varsinkin vanhuksat, työttömät ja toimeentulotukea saavat kokivat elämänlaatunsa muuta heikommaksi. Työttömien ja työssäkäyvien välillä vallitsevat suurimmat terveys- sekä talouserot. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 278-290.)

Opinnäytetyössäni lähestyn hyvinvoinnin käsitettä suomalaisen sosiologin, Erik Allardtin (1976) tarveperustaisen hyvinvoinnin määritelmän avulla. Siinä hyvinvointia kuvaillaan tilaksi, jossa ihmisellä on mahdollisuus saada perustarpeensa tyydytetyksi (em. 21). Tässä näkökulmassa tarpeet on jaettu kolmeen luokkaan: elintaso (having), yhteisyyssuhteet (loving) sekä itsensä toteuttamisen muodot (being) (em. 38).



## **Elintaso**

Allardt (1976, 40) tarkoittaa having-käsiteellä tulo- ja elintaso, asuntoa, työllisyyttä, koulutusta ja terveyttä. Hyvä elintaso on hyvinvoinnin pohja, josta se lähtee rakentumaan yhä monimutkaisemmaksi. Jos yhteiskunta elää köyhyydessä, ihmiset unohtavat muut tarpeensa ja toimintaa säätelevät kaikkein alkeellisimmat tarpeet. Hyvinvointi etenee ikään kuin portaikkoa pitkin, josta alimmaisella portaalla ovat elämiselle välttämättömimmät fysiologiset tarpeet, kuten ruoka ja hengittäminen (em. 41.)

Korkean elintason maissa, kuten Suomessa hyvinvoinnin mittarina ei voida enää käyttää bruttokansantuotetta, sillä kun elintaso ylittää tietyn rajan, hyvinvoinnin osa-alueet saavat syvempiä, kokemuksellisia ulottuvuuksia. Tällä tarkoitetaan lyhyesti sanottuna sitä, että tärkeää on minkälaisen merkityksen ihminen itse antaa jollekin tietylle asialle tai tapahtumalle sekä kuinka hän kokee sen vaikuttavan elämäänsä. Esimerkiksi Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskuksen vuoden 2008 hyvinvointikatsauksessa tätä ilmiötä kuvaamassa on taulukko, josta näkyy, että suomalaisten hyvinvointi on pysynyt samalla tasolla noin neljäkymmenen vuoden ajan, vaikka bruttokansantuote on tänä aikana kasvanut huomattavasti (Moisio, Karvonen, Simpura, Heikkilä. 2008, 14–17, 26.)

## **Yhteisyyssuhteet**

Allardt lähtee liikkeelle olettamuksesta, että ihmisellä on tarve kuulua johonkin yhteisöön ja kokea toveruutta sekä rakkautta (loving). Ajatellaan, että tämä tyydyttyy kun ihminen kokee tunteen johonkin yhteisöön kuulumisesta, rakastamisesta ja tärkeistä ihmissuhteista. Allardtin mukaan yhteisyys on täydellistä silloin kun suhteet ovat vastavuoroisia. Hyvät ihmissuhteet tuovat ihmiselle positiivisia kokemuksia, vahvistavat itsetuntoa sekä sosiaalisia taitoja.

Kun on joku, jonka kanssa jakaa elämäänsä, se tuntuu usein merkityksellisemmältä (Allardt, 1976, 43.)

Onnellisuuden kokemus ei riipu subjektiivisen hyvinvoinnin määrästä, vaan on itsessään siihen vaikuttava tekijä. Se, kuinka onnelliseksi ihminen kokee itsensä, on yksilöllistä. Onnellisuus on tärkeä tekijä hyvinvointia tarkasteltaessa. Tony Fitzpatrick nostaa teoksessaan Welfare Theory (2011) onnellisuuden kaksi määritelmää. ”Pinnallisessa”, hedonistisessa määrittelyssä onnellisuutta kuvataan suoraksi psyykkiseksi ja fyysiseksi kokemukseksi, kun on saavutettu jotain tavoiteltua, esimerkiksi palkankorotus. Syvemmässä määrittelyssä onnellisuutta tarkastellaan enemmänkin elämäntilanteena, joka ei välttämättä laske tai nouse merkittävästi lyhytaikaisilla saavutuksilla tai hetkellisillä kokemuksilla. Hyvinvointia ajatellen suurempi merkitys on siis jälkimmäisellä määrittelyllä, pysyvällä onnellisuuden tunteella, joka ei muutu elämän pienien asioiden mukana (em. 5.)

### **Itsensä toteuttaminen**

Allardt (1976, 46-47) kuvaa itsensä toteuttamista (being) vieraantumiskäsitteen avulla, jonka hän sanoo olevan itsensä toteuttamisen vastakohta. Vieraantumisella Allardt tarkoittaa sitä, kun ihmissuhteet arvioidaan vain hyödyn kannalta, ja ihmisiä pidetään vain yhteiskunnan tuottavina sekä kuluttavina jäseninä. Allardt nostaa esille Johan Galtungin korvattavuus-korvaamattomuus käsiteparin. Sen mukaan ihmisen hyvinvointiin vaikuttaa se, kuinka tarpeelliseksi ja korvaamattomaksi hän kokee itsensä esimerkiksi työssään, lähipiirissään sekä perheessään. Korvaamattomuus ei kuitenkaan ole yksistään riittävä selittämään, mitä Allardt teoksessaan tarkoittaa itsensä toteuttamisella. Itsensä toteuttamisen osatekijöiksi määritellään seuraavat alueet: yksilöä pidetään persoonana, eli hän kokee tietyn verran korvaamattomuutta, yksilö saa kokea arvontoa ja hänellä on mahdollisuus vapaa-ajan toimintaan sekä poliittiseen vaikuttamiseen (em. 47.)

Edellä mainittuihin itsensä toteuttamiseen, sekä korvaamattomuus-korvattavuus käsitteisiin liittyvät läheisesti osallisuuden ja syrjäytymisen käsitteet. Niitäkin on

hyvä tarkastella käsiteparina, sillä ne ovat toistensa ääripäitä. Kuntoutuksen yhtenä tavoitteena on estää syrjäytymistä, jolloin osallisuudesta tulee tavoite ja samalla kuntoutumisen keino. Inklusio, eli sosiaalinen osallisuus viittaa sellaiseen tilanteeseen, jossa yhteiskunnan rakenteet antavat hyvät mahdollisuudet osallistumiseen ja syrjäytymisen uhka on pieni (Järvikoski & Härkäpää 2011,147.)

Osallisuutta voidaan tarkastella makro-, meso- ja mikrotasolla (Järvikoski ym. 2011). Makrotasolla kyse on esimerkiksi kansalaisoikeuksien täyttymisestä sekä osallisuuden säätämisestä laissa: *”Asiakkaalle on annettava mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa palvelujensa suunnitteluun ja toteuttamiseen. Sama koskee hänen sosiaalihuoltoonsa liittyviä muita toimenpiteitä”* (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000 4:8 §.) Mesotasolla osallisuudessa on kyse esimerkiksi pääsystä työhön ja koulutukseen sekä palveluiden saavutettavuudesta. Mikrotaso taas kuvaa esimerkiksi osallisuutta sosiaalisissa suhteissa ja asuinympäristössä (Järvikoski ym. 2011, 147.) Sosiaalisella syrjäytymisellä tarkoitetaan sitä, kun yksilö joutuu tahtomattaan yhteiskunnan toimintaympäristön ja sosiaalisten ryhmien ulkopuolelle. Sille on tunnuksenomaista sosiaalisten ongelmien kasaantuneisuus kuten työttömyys, toimeentuloon liittyvät ongelmat, pitkäaikainen sairaus ja elämänhallintaan liittyvät haasteet (em. 148.)

Osallisuuteen panostetaan yhä enemmän eri ammattialoilla. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia, on laatinut eettisiä työohjeita ja niissä painottuvat pitkälti osallisuuden eri seikat: Asiakkaalla on oikeus päättää omista asioistaan. Sosiaalialan ammattilaisen tulisi työssään kannustaa asiakasta laajaan osallisuuteen. Tämä voi toteutua vain jos asiakas saa riittävästi totuudenmukaista tietoa oikeuksistaan ja hänelle lain takaamista etuuksista. Ammattilaisen tulee mahdollistaa tiedon saanti ja näin pyrkiä parantamaan asiakkaan vaikutusmahdollisuuksia omissa asioissaan ja yhteiskunnan täysivaltaisena jäsenenä. Keskeinen ihmisyyttä määrittelevä periaate on kyky itsenäiseen päätöksentekoon itseä koskevissa asioissa ja sen tuoma arvokkuus (Talentia 2012, 8, 14-15.)

### 3 MIELENTERVEYSKUNTOUTUJAN HYVINVOINTI

Mielenterveys on monen tekijän summa. Se on oleellinen osa yleistä terveyttä, joka taas on osa yleistä hyvinvointia. Mielenterveyden on kuvattu heijastavan yksilön ja ympäristön välistä tasapainoa. Mielenterveys ajatellaan inhimillisenä voimavarana, johon vaikuttavat yksilölliset tekijät ja kokemukset, sosiaalisen vuorovaikutuksen kenttä, yhteiskunnassa vallitsevat kulttuuriset arvot sekä yhteiskunnan rakenteet ja resurssit (Heiskanen, Lyytikäinen, Sassi 2006, 23.)

Mielenterveyden määrittelyyn on otettu avuksi käsite ”positiivinen mielenterveys”, jolla tarkoitetaan hyvää itsetuntoa, hyvinvoinnin subjektiivisuutta, kykyä vaikuttaa omaan elämäänsä ja ihmissuhteisiinsa, kykyä tehdä työtä sekä kohdata elämässään vaikeuksia ja selviytyä niistä. (Heikkinen-Peltonen, Innamaa, Virta 2008, 8.) Mielenterveyskuntoutujalla tarkoitetaan henkilöä, joka on kuntoutumassa psyykkisen sairauden akuuttivaiheesta. Kuntoutus voi olla luonteeltaan toimintakyvyn ylläpitämiseen pyrkivää tai kehitykseen tähtäävää. Kuntoutuksen tavoitteena on muuttaa asiakkaan toimintatapoja, tunteita ja asenteita. (em. 224.)

Mielenterveyskuntoutus on käsitteenä laaja ja osittain epäselvä. (Koskisu 2004, 10–12). Kuntoutuminen on päättymätön prosessi, jonka aikana pyritään palauttamaan toimintakykyä sekä motivoimaan asiakasta kiinnostumaan omasta elämänlaadustaan (Heikkinen-Peltonen 2008, 224). Haasteena nykypäivän kuntoutustyössä on löytää kokonaisvaltaisempi kuntoutusote, joka ei keskity pelkästään sairauden oireisiin ja niiden parantamiseen tai peittämiseen, vaan ymmärtää, että kuntoutuminen lähtee ihmisen omien voimavarojen sekä selviytymiskeinojen hyödyntämisestä (Koskisu 2004, 10-12.)

Kun tarkastellaan mielenterveyskuntoutujien hyvinvointia, tulee kiinnittää huomiota asioihin, joilla on erityistä merkitystä juuri heidän hyvinvoinnilleen. Mielenterveyttä haavoittavia tekijöitä on olemassa sekä sisäisiä, että ulkoisia. Mielenterveyskuntoutujien hyvinvointia uhkaavia sisäisiä tekijöitä ovat esimerkiksi avuttomuuden tunne, huono sosiaalinen asema, vieraantuneisuus,

eristäytyneisyys sekä puutteelliset ihmissuhteet. Ulkoisia tekijöitä taas ovat esimerkiksi puute ja kodittomuus, työttömyys tai sen uhka, köyhyys, syrjäytyminen sekä haitallinen ja suvaitsematon elinympäristö, jossa on esimerkiksi väkivallan tai epäsosiaalisuuden uhka. Tekijöitä, jotka suojaavat ja vahvistavat hyvinvointia tulisi pyrkiä lisäämään ja hyvinvointia heikentäviä vähentämään (Hietaharju & Nuuttila 2010, 14-15.)

Mielenterveyskuntoutujien hyvinvointiin voidaan vaikuttaa positiivisesti esimerkiksi päivä- ja työtoiminnan avulla. Päivätoimintakeskuksissa pyritään edistämään mielenterveyskuntoutujien omatoimisuutta, aktiivisuutta ja sosiaalisia taitoja. Siellä myös tarjotaan vertaistukea ja opetellaan elämäntaitoja, kuten ruoanlaittoa ja hygieniasta huolehtimista. Tarkoituksena on siis pureutua seikkoihin, jotka voivat olla mielenterveyskuntoutujalle haasteellisia ja tukea toiminnan avulla myös hyvän itsetunnon kehittymistä (em.16, 26)

Sairauspäivärahasta joka neljäs, ja uusista työkyvyttömyyseläkkeistä joka kolmas, myönnetään mielenterveydellisistä syistä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 13. Hakupäivä 25.10.2013). Tästä voidaan siis päätellä, että iso osa mielenterveyskuntoutujista ei ole työelämässä aktiivisesti osallisena. Työtä on usein ajateltu yhtenä hyvinvoinnin perustekijänä. On siis tärkeää, että työelämän ulkopuolella olevat mielenterveyskuntoutujatkin saavat työn kaltaista tekemistä ylläpitääkseen hyvinvointia. Työtoimintakeskuksissa tarjotaan kuntouttavaa työtoimintaa, jossa tehdään omalle toimintakyvylle sopivia tehtäviä ohjatusti ja turvallisessa ympäristössä (Hietaharju ym. 16, 26) Työn puute altistaa myös muille mielenterveyttä uhkaaville asioille kuten somaattisille sairauksille. Kaupungit pyrkivät edistämään työttömien terveydentilaa, hyvinvointia sekä työ- ja toimintakykyä ohjaamalla työttömiä esimerkiksi työ- ja elinkeinokeskuksen kautta terveystarkastuksiin (Oulun kaupunki, Oulun työllisyysverkko. Hakupäivä 26.10.2013)

Asuinympäristö vaikuttaa huomattavasti hyvinvointiin ja kuntoutumiseen. Ihminen yrittää sopeuttaa toimintaansa ympäristön ehtoihin. Hyvinvointia voi heikentää vaikeus tai jopa mahdottomuus toimia ympäristössä itselleen tarkoituksenmukaisella tavalla. Kaunis katsella, palveluiltaan toimiva, sosiaalisen

kanssakäymisen mahdollistava ja turvallinen asuinympäristö miellyttää lähes kaikkia. Luonnon läheisyys vaikuttaa myös osaltaan asuinympäristön viihtyvyyteen. Sen toivotaan olevan helposti saavutettavan etäisyyden päässä kodista. Turvallisuus on yksi tärkeimmistä tekijöistä asuinympäristön ja hyvinvoinnin suhteessa. Asuinyhteisön sisällä pitää olla turvallista, kuten myös omassa rapussa ja taloyhtiössä. Turvallisuutta luo saavutettavissa olevat palvelut, esimerkiksi sairastuessaan ihminen saa asiantuntevaa apua ja hoitoa läheltä. Turvallisuutta lisää luottamus siihen, että ihmiset välittävät ja reagoivat, jos näkevät jotain tapahtuvan. Huonossa kunnossa oleva alue viestii välinpitämättömästä asenteesta kaupungin, kunnan tai asukkaiden puolelta ja ei ole monenkaan mielestä viihtyisä ja turvallinen paikka. (Onkalo, P 2009, 6. Hakupäivä 24.8)

## 4 KOKONAISVALTAINEN IHMINEN

Lauri Rauhala erottaa teoksessaan Ihmiskäsitys ihmistyössä, kaksi tapaa käsittää termi ihmiskäsitys. Yleiskielessä käytettynä se kuvaa usein asennoitumistamme ihmisyyteen ja ihmisiin, mikä ilmenee käytöksessämme muita kohtaan ja sävyttää ihmissuhteitamme. Tutkimuksen perustana oleva ihmiskäsitys taas on enemmänkin tiedostettuna läsnä, ja se on mukana tutkijan ratkaisuissa läpi koko prosessin. Näiden kahden määritelmän raja on liukuva. Yleinen ihmiskäsitys on tiedostamattomampi, koko elämän ajan muodostuva ja vaikeampi muuttaa, kun taas tieteellinen ihmiskäsitys on useammin tiedostettu, rationaalisesti järkeilty ja helpommin muokattavissa oleva. Eroavaisuudet näiden kahden ihmiskäsityksen ulottuvuuksista todentuvat erityisesti toiminnan tasolla. Yksilön oma suhtautuminen ihmisyyteen ei useimmiten vaikuta kovin laajalle, ellei hän satu olemaan vaikutusvaltaisessa asemassa. Kun taas tutkijan vajaa, sirpaleinen ihmiskäsitys voi saada aikaan kohtalokkaita seurauksia jos tutkimuksen tuloksia sovelletaan joihinkin ihmisryhmiin. (Rauhala 1983, 12-14.)

Rauhala esittää kolmiulotteisen ihmiskäsityksen, jossa ihmisen oleminen todentuu kokonaisvaltaisesti kolmen olemassaolon perusmuodon kautta. Ne ovat tajunnallisuus, jossa kokemuksen kokonaisuus ilmenee mielen ja elämyksen avulla. Kehollisuus, jossa näkyy ihmisen oleminen konkreettisesti maailmassa sekä situationaalisuus, jossa käsitetään ihmisen muodostuvan ainutlaatuisen elämäntilanteensa kautta, joka taas muodostuu valituista ja tahdosta riippumattomista komponenteista (Rauhala 1983, 24-25) Rauhan holistinen ihmiskäsitys ohjaa työskentelyäni, sillä se kuvaa käsitystäni ihmisestä eli tämän tutkimuksen tiedonlähteestä.

Ihmisen tajunnallinen olemispuoli näkyy mielen ilmenemisessä. Mieli taas tulee todellisuuteen elämyksessä. Selkeästi kuvailtuna mielet ovat sitä, jonka avulla tunnemme, uskomme ja tiedämme asiat sekä ilmiöt joksikin (elämys) ja annamme niille merkityksen. Rauhala kuvaa mieltä ja elämystä tajunnallisten tapahtumien perusyksiköiksi. Kun ymmärrämme jonkin asian, ilmiön tai objektin

tietyntyyppisenä syntyy merkityssuhde. Merkityssuhteiden verkosto, joka syntyy kaikkien olemassaolon perusmuodoista, synnyttää maailmankuvamme ja käsitykset itsestämme (Rauhala 1983, 26-27.) Kehollisuus on elämän konkreettinen elämän näkyminen biologisessa ja fysiologisessa muodossa. Se on kehon työtä ja elinten toimintoja elämän tuottamiseksi. Oletetaan, että ihmistä ei voi meidän käsittämässämme maailmassa olla ilman kehollisuutta, koska hän ei siinä muuten ilmene konkreettisesti (emt. 1983, 31.) Situationaalisuudella tarkoitetaan ihmisen olemassaolon muotoutumista hänen elämäntilanteensa ja ympäristönsä kautta. Situationaalisuuden komponentit ovat osittain ihmisen itsensä valitsemia (esim. ystävät, ammatti, asuinympäristö) ja osittain hänelle tahdosta riippumatta määrättyjä (esim. geenit, kansallisuus, sukupuoli) (emt. 1983, 33.)

Ihmiseen voidaan vaikuttaa sekä negatiivisesti, että positiivisesti kaikkien olemassaolon muotojen tarjoamien reittien avulla. Olemispuolien erottelu ja niiden yhteyksien tunnistaminen, tarjoaa holistisen eli kokonaisvaltaisen näkökulman tutkittavaan ilmiöön (Rauhala 1983, 104.) Mielenterveyden ongelmista kärsivien kanssa työskenneltäessä on olennaista poistaa sellaisia situationaalisia seikkoja, jotka kokemuksen tasolla aiheuttavat esimerkiksi pelkoa, stressiä ja turvattomuutta. Kun mielenterveyskuntoutuja ei pysty itse muokkaamaan tilanteensa osa-alueita hänelle edullisiksi tulee sosiaalisen tuen tarve esille (Rauhala 1983, 114.)



## 5 AIEMMAT TUTKIMUKSET

Mielenterveyden keskusliiton vuodesta 2005 TNS- Gallup Oy:llä vuosittain teettämä Mielenterveysbarometri 2011 (hakupäivä 22.9). Tutkimuksessa haastateltiin mielenterveyskuntoutujia sekä heidän omaisiaan, psykiatreja ja psykologeja sekä suomalaisen valtaväestön käsityksiä. Tarkoituksena oli selvittää edellä mainittujen ryhmien suhtautumista erilaisiin mielenterveyden kysymyksiin. Käsittelyn alla ovat mm. mielenterveyskuntoutujan osallisuus yhteiskunnassa ja työelämässä sekä tyytyväisyys mielenterveyspalveluihin.

Sosiaalibarometri 2012. Suomen sosiaali- ja terveys ry:n ajankohtainen arvio palveluista, palvelujärjestelmän muutoksesta sekä kansalaisten hyvinvoinnista. Tutkimuksen tulokset perustuvat sosiaalijohdon sekä terveyskeskusten, Kelan toimistojen ja työ- ja elinkeinotoimistojen johtajien sekä sosiaalijohdosta vastaavien lautakuntien puheenjohtajien vastauksiin. Raportti kuvaa heidän arvioitaan hyvinvointipalvelujen, palvelujärjestelmän ja hyvinvoinnin ajankohtaisesta tilanteesta ja muutossuunnista. Keskeisimpänä tuloksista nousee esille, että rakenteellisista muutoksista ja haasteista huolimatta, kansalaisten hyvinvointi näyttää palveluntuottajien arvion mukaan pääosin hyvänä (Hakkarainen, Londen, Luhtanen, Peltosalmi Siltaniemi, Särkelä 2012, 5, 119.)

Edellä mainituissa tutkimuksissa on esillä samankaltaisia teemoja kuin minun opinnäytetyössäni. Tarkastelun alla ovat esimerkiksi hyvinvointi, mielenterveyskuntoutujien osallisuus sekä tyytyväisyys palveluihin. Mukana on myös kaksi työtä samasta opinnäytetyöryhmästä, jossa minä olin mukana. Voin verrata oman tutkimuksen tuloksia mainittujen tutkimuksien tuloksiin raporttini johtopäätöksissä.

Kaksi seuraavaksi mainitsemaani tutkimusta on Oulun seudun ammattikorkeakoulun sosiaalialan opiskelijoiden opinnäytetöitä, jotka on suoritettu samassa opinnäytetyöryhmässä oman työni kanssa. Samankaltainen

viitekehys sekä tutkimustehtävät takaavat niiden vertailukelpoisuuden oman tutkimukseni kanssa. Marja Palmun ja Iida-Maria Pesolan (2013) opinnäytetyö: Itsenäisesti asuvien ohjauspalveluita käyttävien mielenterveyskuntoutujien hyvinvointi Oulun kaupungissa. Annukka Kivarin ja Nina Peltoniemen (2013) Sosiaali-alan koulutusohjelman opinnäytetyö: Hyvinvointi mielenterveyskuntoutujilla Oulun kaupungin Alli Marian palvelukodissa.

## 6 TUTKIMUSMETODOLOGIA

Opinnäytetyöni on laadullista ja määrällistä tutkimusotetta yhdistävä tutkimus eli tutkimusmetodina on aineistotriangulaatio. Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on pyrkimys kuvata todellista elämää ja siihen liittyviä ilmiöitä (Hirsjärvi ym. 2009, 160–161). Määrällistä tutkimusta käyttämällä saadaan tarkkaa tietoa, ja voidaan kuvailla esimerkiksi asioiden suuruusluokkia. (Alkula, Pöntinen, Ylöstalo 1994, 21) Yhdistämällä kahta eri tutkimussuuntaa saadaan tutkittavasta ilmiöstä monipuolisempaa tietoa. On luonnollista, että kiinnostus kohdentuu molempiin tieteenlajeihin. Arkielämässäkkin tarvitsemme tietoa joka viittaa määrään. Kuinka paljon? Kuinka usein? Miten kaukana? Samanaikaisesti olemme kiinnostuneita asioiden niistä puolista joita ei voi määrällisesti mitata. Oliko jokin asia kiinnostava? Miltä se tuntui? Oliko siellä mukavaa? (Hirsjärvi ym. 2009, 160-161.)

Haastattelulomakkeessani on avoimia ja suljettuja kysymyksiä sekä mielipiteitä mittaavia asteikkoja. Tätä kuvataan englannin kielisellä termillä triangulation design. Sille on ominaista, että kvalitatiivinen ja kvantitatiivinen aineisto hankitaan samanaikaisesti. Aineistot voidaan käsitellä niiden luonteelle sopivalla tavalla ja käyttää tuloksia täydentämään toisiaan (Creswell, Plano Clark 2007, 62, 64.)

Määrällisessä eli kvantitatiivisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita tuottamaan tietoa, jota voi määrällisesti vertailla esimerkiksi taulukoinnin avulla. Laadullisen ja määrällisen menetelmäsuuntauksen eroa korostetaan usein, vaikka molempia suuntauksia voidaan käyttää myös samassa tutkimuksessa ja niillä voidaan selittää, tosin eri tavoin, samoja tutkimuskohteita (Koppa, Jyväskylän yliopisto, hakupäivä 27.9.2013.) Kvantitatiivisen tutkimuksen taustalla on niin sanottu realistinen ontologia, jolla tarkoitetaan sitä, että todellisuus rakentuu objektiivisesti mitattavista ja todettavista tosiasioista (Hirsjärvi ym. 2009, 139). Omassa tutkimuksessani kvantitatiivinen osuus käsittää kysymyslomakkeen suljetut sekä asteikkoon perustuvat kysymykset. Tutkimuksessani kerätään tietoa standardoituneesti. Se tarkoittaa sitä, että selvitettävä asia kysytään kaikilta samalla tavalla. Tällä tavalla hankittu aineisto käsitellään yleensä kvantitatiivisesti (Hirsjärvi ym., 2009, 193-194.)

Lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on aina todellisen elämän kuvaaminen ja tiedon keruun instrumenttina on yleensä ihminen. Tutkijan tarkoituksena ei ole teorioiden tai hypoteesien testaaminen, vaan uuden tiedon tuottaminen yksityiskohtaisen tarkastelun avulla (Hirsjärvi ym. 2009, 161, 164.) Kvalitatiivinen tutkimusote sisältää lukuisia erilaisia suuntauksia ja tapoja tutkia ilmiöitä, niiden luonnollisissa toimintaympäristöissä. Sen tarkoituksena on saada selvyyttä ja tulkita sekä havainnoida, käsittelyssä olevaa ilmiötä tai asiaa ihmisten antamien merkityksien avulla (Denzin, Lincoln 1998, 3.) Omassa tutkimuksessani kvalitatiivisuus näkyy avoimissa kysymyksissä sekä asteikkoon perustuvien kysymyksien tyytymättömyyttä selittävissä kohdissa. Avoimet kohdat eivät ehdota haastateltavalle valmiita vastauksia ja näin antavat arvokasta lisätietoa kokemuksellisesta puolesta. (Hirsjärvi, ym. 2009, 198-200.)

Haastattelulomakkeen asteikkoon perustuvissa kysymyksissä on avoin kohta, joissa vastaaja saa perustella tyytymättömyyttään. Tätä kutsutaan triangulaation selittäväksi malliksi (explanatory design). Siinä käytetään toista, tässä tapauksessa kvalitatiivista tutkimusotetta, selittämään tutkimustuloksen poikkeavuuksia tai yllättäviä tuloksia (Creswell, ym. 2007, 67-68, 71.)

Haastattelut toteutetaan strukturoidun eli lomakehaastattelun avulla. Se on formaalisin tapa toteuttaa haastattelu, joka käytännössä tarkoittaa lomakkeen täyttämistä ohjatusti. (KvaliMOTV 2006. Hakupäivä 22.1.2013 tai Hirsjärvi ym. 2009, 208). Lomakehaastattelu sopii parhaiten käytettäväksi silloin kun haastateltavat edustavat samankaltaista ryhmää. Tämän aineistonkeruutavan tuottama tieto on helposti vertailukelpoista, joka tukee edellä mainittua tutkimuksen tarkoitusta. (Kajaanin ammattikorkeakoulu, opinnäytetyöpakki. hakupäivä 22.1.2013.) Aineistonkeruuseen käytettävä tapa tuli toiveena opinnäytetyöni toimeksiantajalta, eli Oulun kaupungilta.

Lomakehaastattelua käytettäessä vaikein osuus on haastattelulomakkeen laatiminen. Itse haastattelutilanne sujuu yleensä nopeasti, jos lomake on toimiva. (Hirsjärvi, Hurme 2001, 45.) Kun lomakkeessa käytetään vastausvaihtoehtoja, ovat myös vastaukset yhdenmukaisia, mikä helpottaa ja nopeuttaa lomakkeiden

käsittelyä. Kyselylomake poistaa myös mahdollisia vastausvirheitä, joita syntyy helposti haastattelijan yrittäessä tulkita epämääräisiä vastauksia. (Holopainen, Pulkkinen 2002, 39).

Tutkimuksessani on käytössä Rensis Likertin (1932) kehittämällä asteikko, joka järjestää vastaajat "samanmielisyyden" määrän mukaan. Asteikkoon perustuvissa kysymyksissä vastaaja voi valita itse kuinka voimakkaasti hän on väittämän kanssa samaa mieltä (Hirsjärvi ym. 2009, 200). Likert-asteikon vastausvaihtoehdot ovat 'täysin samaa mieltä', 'jokseenkin samaa mieltä', 'jokseenkin eri mieltä', 'täysin erimieltä'. Olen muotoillut vastausvaihtoehdot sopimaan tutkimukseeni ja käytän termiä "tyytyväinen" erimielisyyden sijaan, mutta periaate asteikossani on sama. Analysointivaiheessa "en osaa sanoa" (eos) voidaan määritellä puuttuvaksi tiedoksi. (Kvantimot 2007, hakupäivä 9.6.2013.)

## 7 TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Hyvä tutkimustehtävä tai tutkimusongelma ei saa olla liian laaja, vaan se tulee tarkentaa niin, että siihen pystytään vastaamaan jäsennellysti valmiilla opinnäytetyöllä. Tutkimuskysymys muodostuu usein pääkysymyksestä ja sitä tarkentavista alakysymyksistä (Kajaanin ammattikorkeakoulu, Opinnäytetyöpakki. hakupäivä 28.1.2013).

Tutkimustehtävät ovat opinnäytetyössäni luonnollisesti samankaltaisia kuin muiden hankkeessa mukana olevien opinnäytetöiden tutkimustehtävät, koska niiden tarkoituksena on olla keskenään vertailukelpoisia. Määrittelimme yhdessä tutkimustehtävät, joita olen tarkentanut omaan opinnäytetyöhöni sopivaksi.

Opinnäytetyöni tutkimustehtäviksi muodostuivat:

1. Millainen on oululaisten mielenterveyskuntoutujien hyvinvointi Oulun kaupungin ostopalveluna hankkimassa asumispalvelussa?
  - 1.1. Mistä asioista asiakkaiden hyvinvointi koostuu asumispalvelussa?
  - 1.2. Millaiseksi asiakkaat kokevat oman hyvinvointinsa asumispalvelussa?

Tutkimuskysymykset muodostettiin niin, että ne tuottaisivat kokonaisvaltaista tietoa asukkaiden hyvinvoinnista. Pääkysymyksen alla olevat tarkentavat kysymykset kuvaavat hyvinvointia objektiivisesti (alakysymys 1.1) ja subjektiivisesti (alakysymys 1.2).

Tutkimus toteutettiin Oulussa, koska sen oli tilannut Oulun kaupunki. Tutkimus toteutettiin tällä aikataululla, koska toimeksiantaja oli tilannut tutkimukset Oulun

seudun ammattikorkeakoululta toteutettavaksi vuoden 2013 aikana. Opinnäytetyöni tuottaman tiedon avulla Oulun kaupunki voi kehittää mielenterveyskuntoutujien palveluita, jonka taas puolestaan toivon lisäävän mielenterveyskuntoutujien hyvinvointia.

## 8 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 8.1 AINEISTON KERUU JA KOHDERYHMÄ

Teemoittelin haastattelulomakkeeni kysymykset viitekehysten avainkäsitteiden mukaan. Tällä tavalla ne oli helppo taulukoida ja poikkeavuudet nousivat selkeästi esille. Lomakkeen jokaisen kysymyksen tulee perustua viitekehykseen (Tuomi, Sarajärvi 2009,75). Kysymykset 1–2 olivat taustamuuttujia, eli niissä kysyttiin ikää ja sukupuolta. Allardtin tarveperustaisen hyvinvoinnin määritelmän mukaan tarpeet jaetaan kolmeen luokkaan (1976, 38). Elintasoon liittyvät kysymykset 3–11. Näillä selvitettiin vastaajien työtilannetta (kysymykset 3 ja 4), taloudellista tilannetta (kysymykset 5 ja 6), asumista (kysymykset 7 ja 8), koulutusta (kysymykset 9 ja 10) sekä terveydentilaa (kysymys 11). Itsensä toteuttamista kysymyslomakkeessa selvittivät kysymykset 12–18. Ne kertoivat vastaajan vapaa-ajan viettotavasta (kysymykset 12 ja 13), hänen käyttämistään palveluista ja siitä, kuinka tyytyväinen hän on niihin (kysymykset 14, 15 ja 16), sekä osallisuudesta yhteiskunnallisiin sekä omiin asioihin (kysymykset 17 ja 18). Yhteisyyssuhteita selvittivät kysymykset 19–23. Niissä kysyttiin vastaajan ihmissuhteista (kysymykset 19 ja 20), onnellisuuden kokemisesta (kysymys 21) sekä yleisestä tyytyväisyydestä elämäänsä (kysymys 22). Lopuksi vastaaja sai vielä lisätä itselleen tärkeitä asioita, jos ne eivät tulleet muissa kysymyksissä ilmi (kysymys 23).

Taulukko 1. Kysymysten teemat

	Tausta- muuttajat	Elintaso (having)	Itsensä toteuttaminen (being)	Yhteisyyssuhteet (loving)
Kysymykset	1–2	3–11	12–18	19–23



Pyrin muotoilemaan kysymykset selkeiksi ja helposti ymmärrettäviksi sekä kaksoismerkityksettömiksi. Suoritin haastattelulomakkeen esitestauksen haastatteleamalla kahta samaan perusjoukkoon kuuluvaa henkilöä, jotka eivät kuitenkaan kuuluneet otokseen. Esihaastattelut tehdään sen jälkeen kun haastattelurunko on lopulliseksi tarkoitettussa muodossaan. Esitestauksella saadaan selville myös haastattelun keskimääräinen pituus (Hirsjärvi ym. 2000, 72.) Esihaastattelujen jälkeen korjasin haastattelulomakkeen muutamaa kysymystä, jotta ne olisivat helpommin ymmärrettäviä, selkeämpiä ja antaisivat paremmin vastauksia tutkimuskysymyksiin. Osallisuus-käsite tuntui esihaastateltavista vaikealta, joten pyrin tekemään siitä selkeämmän ja käytin esimerkkejä mitä osallisuudella tässä yhteydessä tarkoitin. Muokkasin myös vapaa-aikaan liittyvän kysymyksen asteikkokysymykseksi, koska huomasin, että mielipideasteikko puuttui tämän kysymyksen kohdalta kokonaan. Koin sen tärkeäksi, jotta saisin vastauksen taulukossa vertailtavaan muotoon. Poistin myös kokonaan kysymyksen, jossa kysyttiin vastaajien asuinpaikkaa, koska kaikki asuivat samassa asumispalveluyksikössä.

Esihaastattelujen avulla sain myös selville kuinka kauan haastatteluihin tulisi suurin piirtein varata aikaa, jotta kenenkään haastateltavan kanssa ei tulisi kiire. Tämä oli tärkeää, koska haastattelut tehtiin kaikki samana päivänä ja aikataulusta sovittiin haastateltavien kanssa. Tällä tavalla kaikki tiesivät oman vuoronsa ja pystyivät suunnittelemaan omat menonsa haastattelun ympärille. Esihaastattelut vähentävät myös oikeissa haastatteluissa tehtäviä virheitä ja haastatteliija pääsee opettelemaan haastattelutilannetta etukäteen (Hirsjärvi ym. 2000, 73).

Haastateltavat koostuivat vapaaehtoisista asukkaista. Sovin henkilökunnan kanssa ajankohdan jolloin kaikki asukkaat olisivat samassa tilassa ja kävin kertomassa lyhyesti tutkimuksestani. Tämän jälkeen keräsin vapaaehtoisten nimet ylös ja sovin heidän kanssaan haastatteluajataulusta. Jätin vielä työntekijälle nimilistan, jos joku haluaisi ilmoittautua tutkimukseen jälkeinpäin. vapaaehtoisiksi ilmoittautui viisi asukasta ja haastattelut suoritettiin kaikki samana päivänä. Valitsin päiväksi arkipyhän, koska silloin kaikki asukkaat olivat

paikalla eivätkä esimerkiksi koulussa. Haastattelut suoritettiin käytävän päässä sijaitsevassa rauhallisessa huoneessa, jotta tilanne sujuisi keskeytyksettä ja ilman häiriöitä. Haastattelun aluksi esittelin vielä itseni ja kerroin tutkimuksen tarkoituksen uudelleen. Kerroin haastateltaville myös, että heidän vastauksensa perustuivat luottamukseen ja nimettömyyteen. Mainitsin myös milloin tutkimus suurin piirtein valmistuisi ja mistä he saisivat sen halutessaan luettavaksi.

Haastattelutilanne eteni niin, että minä kysyin lomakkeella olevat kysymykset ja kirjasin ne ylös. Haastattelun päätteeksi tarkistutin vastaukset vielä haastateltavalla itsellään ja varmistin, että vastaukset on kirjattu ylös niin kuin he tarkoittivat. Tarkistus tapahtui niin, että luin kysymykset sekä kirjaamani vastauksensa uudelleen ja vastaaja sai halutessaan korjata tai lisätä vastauksiaan. Jos haastateltava halusi korjata vastausta, luin vastauksen muokkauksen vielä kertaalleen ääneen, ennen kuin siirryin seuraavaan kysymykseen.

## **8.2 AINEISTON ANALYYSI**

Aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko on tutkimuksessa ydinasia, jossa selviää vastaukset tutkimustehtäviin (Hirsjärvi ym. 2009, 221.) Kuten jo aiemmin on mainittu, käytössäni on aineistotriangulaatio, jossa analysoitavana on sekä määrällistä, että laadullista aineistoa.

### **Määrällinen analyysi**

Kvantitatiiviset analyysimenetelmät perustuvat mittaamiseen. Kun kysymyksessä on esimerkiksi ihmisten asenteiden mittaaminen, ei mittayksikön valinta ole aina niin yksinkertaista. Peruslähtökohtana kvantitatiivisessa mittaamisessa on se, että tuloksella on numeerinen sisältö (Erätuuli, Leino, Yliluoma 1994, 35–36.) Tarkoituksenani on siis muuttaa asteikkoon perustuvat ja suljetut kysymykset numeeriseen muotoon. Asennekyselyssä tutkija voi ryhmitellä kysymykset muuttujien alle, joiden katsotaan mittaavan samaa aihetta (Erätuuli ym. 1994,

45). Tarkoitukseni on ryhmitellä kysymykset teorialähtöisesti taulukkomuotoon, joka on tyypillinen lähtökohta ryhmittelylle (em. 47). Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että ryhmittelen kysymykset tutkimukseni avainkäsitteiden (elintaso, itsensä toteuttaminen, yhteisyysuhteet) alle niitä kuvaavien muuttujataulukoiden avulla.

## **Laadullinen analyysi**

Tutkimuksessani teemoittelin avoimet kysymykset samojen avainkäsitteiden avulla kuin kvantitatiivisenkin aineiston ja käytin niitä antamaan syvyyttä kvantitatiivisten tulosten rinnalla (Tuomi, Sarajärvi 2002, 94). Asteikkoon perustuvien kysymysten, avoimia kohtia käytin selittämään tyytymättömyyttä tarkastelun alla olevaan teemaan, mikäli sellaista esiintyi (triangulaation selittävä malli).

Järjestin ja tallensin aineiston niin, että määrällisistä asteikkovastauksista tein taulukot ja lisäsin niitä selittävät avoimiin kysymyksiini saadut laadulliset vastaukset oikeiden taulukoiden alle. Tämän tein käsin tekstinkäsittelyohjelmalla, koska otos oli suhteellisen pieni. Tämän jälkeen katsoin, mitkä asiat vastaavat mihinkin tutkimuskysymykseen, ja lähdin kirjaamaan tuloksia ylös.

## 9. TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Etiikka moraalisesta näkökulmasta on osana arkista elämää ja se on mukana tilanteissa joissa ihminen arvioi omia ja muiden oikeita sekä väärä toimintatapoja (Kuula 2006, 21). Eettinen toiminta luo perustan hyvälle ja luotettavalle tutkimukselle. Pyrin tutkijana noudattamaan hyvää tieteellistä käytäntöä eli huolellisuutta ja tarkkuutta, huomioimaan ja kunnioittamaan muiden tutkijoiden työtä sekä esittämään omat tutkimustulokset oikeassa valossa. Pyrin käyttämään vain eettisesti kestäviä tiedonhankintatapoja eli luotettavia ja ajankohtaisia lähteitä ja hankkimaan asianmukaiset tutkimusluvut sekä huolehtimaan läpinäkyvyydestä toimeksiantajan ja rahoituksen suhteen (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2013, hakupäivä 22.9.2013.)

Tutkijalle asetetut eettiset vaatimukset ovat myös sosiaalialan yleisten eettisten ohjeiden ja arvojen soveltamista tutkimustyöhön (Karjalainen 2002, 58). Pyrin työskentelemään tutkijana sosiaalialan eettisten toimintatapojen mukaan, joita ovat esimerkiksi ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, huonompiosaisten edun ajaminen, asiakaslähtöisyys työskentelyssä, oikeudenmukaisuuden varmistaminen sekä luottamuksellisuus ja rehellisyys (Talentia 2012, 7-19.) Omassa tutkimuksessani itsemääräämisoikeus todentui siinä, että haastateltavat valikoituvat vapaaehtoisten joukosta. Itsemääräämisoikeutta pyritään kunnioittamaan sillä, että ihmiset saavat itse päättää tutkimukseen osallistumisesta (Kuula 2006, 61). Luottamuksellisuuden varmistaminen, eli nimettömyyden ja yksityisyyden takaaminen vastaajille on myös tutkimusetiikkaan liittyvä seikka. Tutkimuksessani vastaajat pysyivät nimettöminä ja heidän ei tarvinnut pelätä, että heidät tunnistettaisiin vastauksista. Tutkimuksessa yksityisyyden kunnioittamisella tarkoitetaan sitä, että vastaaja saa määrittää mitä tietoja hän itsestään haluaa antaa ja, että tutkimustekstejä ei kirjoiteta niin, että vastaajan voisi niistä tunnistaa (em. 64.)

Karjalainen (em. 59-65) nostaa esiin keskeisiä eettisiä aiheita tutkimuksen tekemisessä. Luotettavan informaation tuottaminen tarkoittaa sitä, että tieto on hankittu kriittisesti ja tunnollisesti. Tällä tarkoitetaan lähteiden valintaa,

käsitteiden avaamista, analyysitapaa ja muita tutkijan valintoja ja toimintatapoja. Tutkija ei saa myöskään syyllistyä vilpilliseen toimintaan. Lisäksi tutkijan tulee osata välittää tieto eteenpäin. Tähän liittyy tulosten julkistamisen etiikka. Mihin tietoa tullaan käyttämään ja kenen hyväksi? Omassa tutkimuksessani saadusta tiedosta tulevat hyötymään mielenterveyskuntoutujat, koska Oulun kaupunki käyttää tutkimukseni tuloksia apuna mielenterveyskuntoutujien palveluiden kehittämisessä.

Tutkimuksen luotettavuuden vahvistaminen on tärkeä osa tutkimusprosessia. Sitä voidaan mitata useilla eri tavoilla, mutta yleensä asiayhteydessä nousevat esiin validius ja reliaabelius. Validius eli pätevyys tarkoittaa tutkimusmenetelmän kykyä mitata sitä, mitä on ollut tarkoituskin mitata, eli tutkimuskysymyksiin saadaan vastaukset. Omassa tutkimuksessani käyttämäni menetelmät ja niillä saatu aineisto vastasi tutkimuskysymyksiini, ja näin ollen voin todeta, että tutkimukseni on validi. Reliaabelius taas tarkoittaa tutkimuksen toistettavuutta eli sitä, että tutkimus on tehty huolellisesti niin, että se on toistettavissa. Tutkimukseni on tehty huolellisuutta noudattaen ja olen tehnyt luotettavuutta vahvistaakseni esimerkiksi haastattelutilanteista tarkan selonteon, jossa mainitaan haastatteluun käytetty aika sekä mahdolliset häiriötekijät (Hirsjärvi ym. 2009, 231-233.) Tutkimukseni luotettavuutta vahvistaa myös esihaastatteluiden suorittaminen. Lomakkeen testaaminen etukäteen nostaa esiin kysymysten mahdollisia epäkohtia, joita voi tarpeen mukaan muokata. (em. 204.)

Kvantitatiivista tutkimusta on kritisoitu siitä, että se ei anna tutkijan täysin ymmärtää kontekstia, jossa ihmiset tutkittavasta ilmiöstä puhuvat, eivätkä tutkittavien ”äänet” pääse todella esille. Määrällisessä tutkimuksessa tarkastelun alla eivät ole, ainakaan samassa mittakaavassa kuin laadullisessa tutkimuksessa, tutkijoiden omat tulkinnat sekä objektiivisuuteen vaikuttavat ennakoasenteet. Laadullinen tutkimus korvaa näitä puutteita, mutta samalla sitä on myös nähty puutteellisenä samoista syistä. Laadullisessa tutkimuksessa vaarana ovat tutkijan ennakoasenteet ja henkilökohtaiset tulkinnat ilmiöstä. Sitä on kritisoitu myös otannan pienuudesta ja siitä voiko tutkimuksen tuloksia pitää luotettavana isompaa kohderyhmää ajatellen. Luotettavuuden yksi merkittävimmistä tekijöistä tutkimuksessani oli aineistotriangulaation käyttö eli

kahden tutkimusmetodin yhdistäminen (Creswell, Plano Clark 2007, 9.) Aineiston hankintavaiheessa jouduin tarkentamaan osallisuuteen liittyvää kysymystä, koska käsite tuntui haastateltavista vieraalta. Tämä heikentää jonkin verran tutkimuksen luotettavuutta, koska vaarana oli, että käsitteillä oleva asia ei avautunut haastateltaville sen koko merkityksessä.

## 10. TULOKSET

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli kuvailla, millainen oululaisten asumispalvelussa asuvien mielenterveyskuntoutujien hyvinvointi on ja mistä se muodostuu. Vastaan tutkimuskysymyksiini tuottamalla taulukoita asteikkoon perustuvista kysymyksistä ja suljetuista kysymyksistä. Tämän lisäksi syvennän vastauksia avoimien vastauksien avulla. Taulukot teen viitekehyksessä esittelemäni Allardtin hyvinvoinnin määritelmän perusteella. Elintasoja kuvaavat taulukot 2 ja 3, itsensä toteuttamista kuvaavat taulukot 4 ja 5 ja yhteisyyssuhteita kuvaamassa ovat taulukot 6, 7 ja 8. Avoimen kysymyksen vastaukset, jossa vastaajat saivat halutessaan kertoa jotakin, minkä kokivat tarpeelliseksi lisätä, sijoittelin asianmukaisen teeman alle. Tutkimukseni otos oli N=5. Haastateltavat olivat iältään 20–64-vuotiaita. Vastaajista neljä oli miehiä ja yksi nainen.

### Elintaso

Taulukko 2. Hyvinvoinnin rakentuminen elintason muuttujien kautta.

Elintasoja kuvaava muuttuja	Täysin tyytyväinen	Jokseenkin tyytyväinen	Jokseenkin tyytymätön	Täysin tyytymätön	En osaa sanoa	N
taloudellinen tilanne	2	1	-	1	1	5
asumismuoto	3	1	1	-	-	5
asuinympäristö	3	1	1	-	-	5
terveys	1	2	2	-	-	5
työ ja koulu	1	-	-	-	-	1

Taulukon perusteella näkee, että vastaajat olivat enemmän tyytyväisiä kuin tyytymättömiä elintasoonsa. Tyytyväisiä taloudelliseen tilanteeseen oltiin, koska pienet tulot riittivät kaikkeen tarvittavaan, käyttörahaa sai tarpeeksi ja edunvalvoja huolehti laskuista. Tyytymättömyyttä herätti joissakin käyttörahan vähyys ja eläkkeen pienuus. Kaikki vastaajat olivat kuitenkin sitä mieltä, että heidän tulonsa riittivät pakollisiin menoihin, kuten asumiseen, ruokaan, vaatteisiin ja muihin välttämättömyyksiin.

Taulukko 3. Kysymys: Riittävätkö tulosi pakollisiin menoihisi?

Kyllä	Ei	N
5	-	5

Asumismuotoon eli palvelukodissa asumiseen oltiin pääasiassa tyytyväisiä. Tyytyväisyyttä herättivät huoneen iso koko ja sisustus sekä se, että palvelukodilta pääsi käymään kaupassa ja retkillä. Tyytymättömyyttä ei haluttu perustella.

*”Oma koti kullan kallis”*

Asuinympäristöön oltiin myös enemmän tyytyväisiä kuin tyytymättömiä. Sijainnista tuli perusteluja sekä hyvässä että huonossa mielessä. Tyytymättömyys johtui palvelukodin syrjäisestä sijainnista, kun taas tyytyväisiä oltiin luonnon läheisyyteen. Tyytyväisiä oltiin myös siihen, että alue on historiallinen ja ympäristö sopii pyöräilyyn sekä siihen, että naapurustossa suhtaudutaan asukkaisiin ystävällisesti.

*”On metsän keskellä mökkini täällä ja Oulujoki vieressä”*

*”Syrjäinen sijainti haittaa. Vähän liian pienet tilat”*

Terveystilaansa vastaajat olivat pääasiassa jokseenkin tyytyväisiä tai tyytymättömiä. Tyytymättömyyttä herättivät pääasiassa somaattiset ongelmat ja



sairaudet sekä niihin liittyvät pelot. Terveystilan paranemista ja kuntoutumista pidettiin ”selviytymisenä” ja se herätti positiivisia tunteita.

*”Olen oman elämän sankari!”*

*”Tilanne parantunut sen jälkeen kun olen tullut palvelukotiin”*

Kukaan vastaajista ei ollut työelämässä, mikä selittää taulukossa vastaajien (N) vähäisyyden. Opiskeleva vähemmistö oli saamaansa koulutukseen täysin tyytyväinen, koska opinnot olivat edenneet hyvään vaiheeseen ja opetus koettiin kuntouttavaksi ja erityistarpeet huomioon ottavaksi. Vastauksista kävi myös ilmi, että opiskelu kiinnosti, mutta siihen ei koettu olevan mahdollisuuksia.

### Itsensä toteuttaminen

Taulukko 4. Hyvinvoinnin rakentuminen itsensä toteuttamista kuvaavien muuttujien kautta.

Itsensä toteuttamista kuvaava muuttuja	Täysin tyytyväinen	Jokseenkin tyytyväinen	Jokseenkin tyytymätön	Täysin tyytymätön	En osaa sanoa	N
Vapaa-aika	4	1	-	-	-	5
Palvelut	2	1	1	1	-	5
Tuki ja ohjaus	1	3	1	-	-	5
Osallisuus (itseä koskeissa asioissa)	3	1	1	-	-	5

Kysyin haastateltavilta, osallistuivatko he johonkin järjestettyyn toimintaan. Enemmistö haastateltavista kertoi osallistuvansa erilaisiin järjestettyihin virikeryhmiin, kuten liikunta- ja rentoutumisryhmiin. Kaikki haastateltavat olivat joko tyytyväisiä tai jokseenkin tyytyväisiä vapaa-aikaansa, ja tähän kysymykseen tulikin eniten vastauksia. Suurin osa vietti aikansa palvelukodilla, ja siellä vapaa-aika täyttyi esimerkiksi musiikkiharrastuksesta, oleskelusta muiden kanssa, kotiaskareista, lenkkeilystä, ostoksilla käymisestä, kortinpeluusta ja erilaisiin tapahtumiin osallistumisesta. Tapahtumista mainittiin mm. Oulussa vuosittain pidettävä Qstock-festivaali. Vastauksissa nousi esiin myös toiveita uusiin virikeryhmiin.

*”Koripalloa haluaisin pelata ja jalkapallo ois pop.”*

Kysyin haastateltavilta avoimen kysymyksen muodossa ensin, mitä palveluja he saavat, ja sen jälkeen kysyin heidän tyytyväisyytään saamiinsa palveluihin asteikkoon perustuvalla kysymyksellä. Vastauksissa tulivat esille asumispalvelussa saatavat palvelut, ja ne miellettiin hyviksi. Tyytymättömyyttä herätti se, että palveluita sai enemmän ennen. Osa vastaajista sanoi, että ei saa minkäänlaisia palveluita.

Tyytyväisyys palveluihin jakoi mielipiteet, mutta enemmistö vastaajista oli silti enemmän tyytyväinen kuin tyytymätön. Tyytyväisiä oltiin siihen, että asumispalvelun ohjaajat olivat ystävällisiä ja että ruokailut olivat toimivia. Tyytymättömiä oltiin jossain määrin Oulun kaupungin toimintaan, koska kuntoutuksen rahoitus oltiin katkaistu ja siksi kuntoutus oli loppunut. Pettyneitä oltiin myös siihen, että kaupunki sijoittaa rahaa muualle, mutta ei mielenterveyskuntoutujiin.

*”Silti maksetaan maanalaisia parkkihalleja. Miksei niillä rahoilla oltaisi mielenterveyspotilaita autettu? Mielenterveyskuntoutujat tarvitsevat enemmän apua”*

Vastauksista ilmenee, että haastateltavat ovat enemmän tyytyväisiä kuin tyytymättömiä saamaansa tukeen ja ohjaukseen. Enemmistö vastaajista oli

tyytyväisiä. Tyytyväisyyttä perusteltiin sillä, että ohjaajat olivat ystävällisiä ja miellyttäviä ja sillä että ohjaus oli hyvää palvelun hintaan nähden. Tyytymättömyyttä herätti se, että luottamuksellinen suhde ja yhteistyö ei aina toiminut ja että joskus oli vaikea hyväksyä ohjaajien erilaisia toimintatapoja.

Selvitin vastaajien osallisuutta kahdella kysymyksellä. Ensimmäinen kuvasti yhteiskunnallista osallisuutta ja toinen haastateltavien osallisuutta heitä itseään koskeviin asioihin. Jälkimmäistä kysymystä tarkensin antamalla esimerkin, koska osallisuus-käsite tuntui haastateltaville vieraalta. Esimerkkinä käytin kuntoutus- ja hoitosuunnitelman laatimista.

Taulukko 5. Kysymys: Äänestätkö tai pyritkö muuten vaikuttamaan yhteiskunnallisiin asioihin?

Kyllä	Ei
2	3

Vastaajista vähemmistö sanoi äänestävänsä ja enemmistö sanoi että ei äänestä lainkaan. Tässä kohdassa he tarkoittivat erilaisissa vaaleissa äänestämistä. Muu yhteiskunnallinen vaikuttaminen ei noussut esille haastateltavien vastauksissa.

Kysyin haastateltavilta tyytyväisyyttä osallisuudestaan heitä itseään koskevissa asioissa. Valtaosa vastasi olevansa täysin tai jokseenkin tyytyväinen. Tyytyväisyyden takana olivat osallistuminen omiin hoitoneuvotteluihin ja kuntoutussuunnitelman laatimiseen sekä siihen, että he kokivat tulleen kuulluksi.

*”Osallistun kaikkeen, esimerkiksi kuntoutussuunnitelman tekoon.”*

Tyytymättömyyttä herätti kokemus siitä, että ei tulla kunnolla kuulluksi.

*”Minua ei uskota kunnolla. Itse tiän seikkoja, joista kiikastaa. Osaan lukea itseäni”*

## Yhteisyyssuhteet

Taulukko 6. Hyvinvoinnin rakentuminen yhteisyyssuhteiden kautta

Yhteisyyssuhteita kuvaava muuttuja	Täysin tyytyväinen	Jokseenkin tyytyväinen	Jokseenkin tyytymätön	Täysin tyytymätön	En osaa sanoa	N
Ihmissuhteet	3	1	1	-	-	5

Taulukosta näkyy että haasteltavat ovat enemmän tyytyväisiä kuin tyytymättömiä ihmissuhteisiinsa. Enemmistö oli ihmissuhteisiinsa selkeästi tyytyväinen. Tyytyväisyyden takana olivat esimerkiksi omat ihmissuhdetaidot ja taito tulla toimeen kaikenlaisten ihmisten kanssa. Tyytyväisiä oltiin myös, vaikka ihmissuhteiden kerrottiin puuttuvan kokonaan. Tyytymättömyyttä perusteltiin sillä, että koettiin joskus toisilta asukkailta ilkeää kohtelua sekä ihmissuhteiden vähäisyydellä.

Pyysin vastaajia kuvailemaan ihmissuhteitaan omin sanoin. Vastauksista näkyi palvelukodilla vallitseva yhteisöllisyys asukkaiden välillä. Myös perhesuhteet ja parisuhde mainittiin tärkeiksi. Silti vastauksista sai selkeästi enemmän positiivisen kuin negatiivisen kuvan ja ihmissuhteet koettiin voimavarana

*”Puhekavereita on täällä. Joka aamu keitetään porukalla kahvit.”*

*”Kunnioitan erittäin syvästi tämän talon asukkaita. Rakastan enemmän lähimmäistä kuin itseäni.”*

*”Suhteet minua rakastavaan veljeen ja äiskään tärkeitä. He rakastavat minua suurella ja syvällä rakkaudella.”*

ihmissuhteita pidettiin yleisesti tärkeänä ja mainittiin myös perheenjäsenten

menettämisen aiheuttavan vielä pitkänkin ajan jälkeen mielipahaa. Osa vastaajista koki, että palvelukodilta oli vaikeaa löytää kavereita tai että ei ole ihmissuhteita lainkaan.

*"Kavereita liian vähän. Parempaakin vois olla."*

## Onnellisuus ja tyytyväisyys elämään

Taulukko 7. Kysymys: Koetko itsesi onnelliseksi?

Kyllä	Ei
3	2

Onnelliseksi itsensä koki enemmistö. Onnellisuus ja tyytyväisyys senhetkiseen elämään eivät kuitenkaan olleet toisistaan riippuvaisia. Esimerkiksi vastaaja, joka sanoi, että ei koe itseään onnelliseksi, oli kuitenkin täysin tyytyväinen elämäänsä.

Taulukko 8. Tyytyväisyys tämänhetkiseen elämään

Muuttuja	Täysin tyytyväinen	Jokseenkin tyytyväinen	Jokseenkin tyytymätön	Täysin tyytymätön	En osaa sanoa	N
Tyytyväisyys elämään	3	1	-	-	1	5

Vastaajista enemmistö oli täysin tyytyväisiä elämäänsä. Tyytyväisyyttä herätti vaikeiden terveysongelmien selättäminen ja se, että ei tarvinnut asua vanhainkodissa. Kerrottiin myös, että mielenterveysongelmat aiheuttavat haasteita elämässä. Joskus päivät koettiin hyviksi ja joskus huonoiksi.

*"Monta viikkoa saattaa mennä hyvin ja sitten tulee yhtäkkiä 'töks'."*

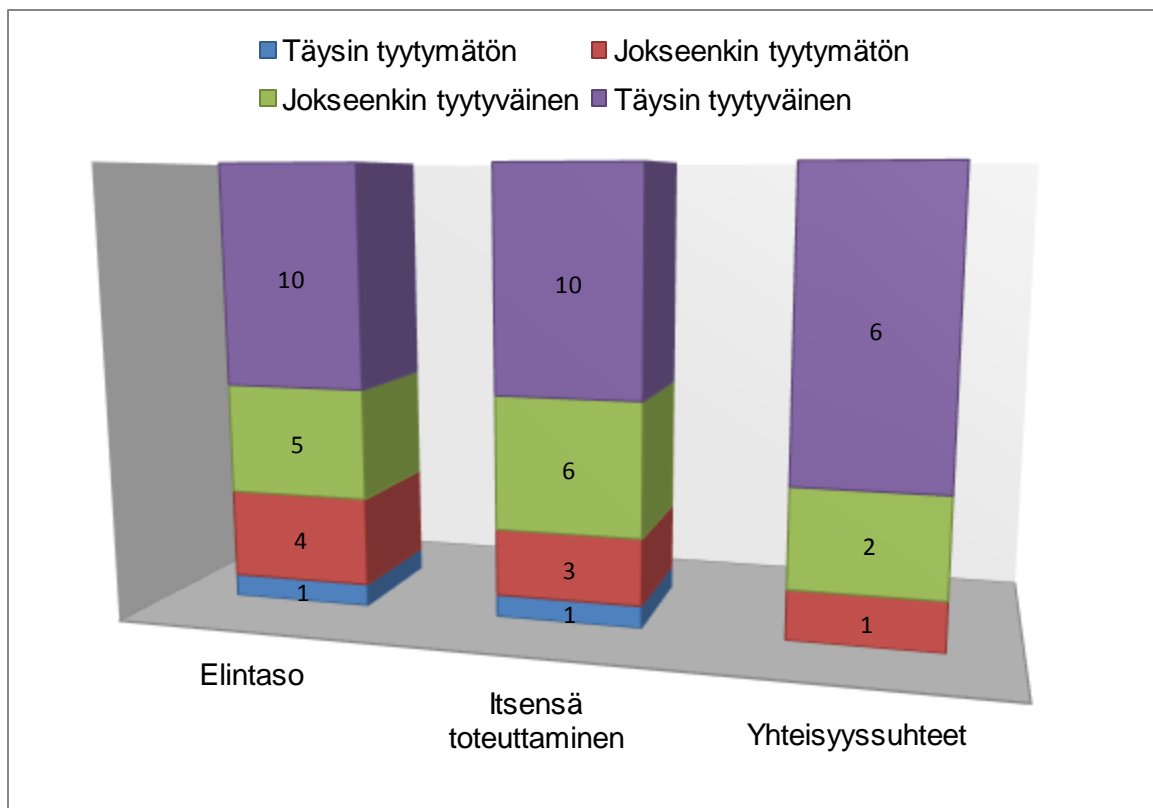
*Mielenterveysongelmien kanssa ollut aina vähän hankalaa.”*

Haastattelun lopuksi kysyin vielä avoimen kysymyksen muodossa, että oliko haastateltavilla itsellään jotain lisättävää, jonka he katsoivat vaikuttavan heidän hyvinvointiinsa. Vastauksissa nousivat esiin samat teemoja, jotka esiintyivät jo aikaisemmin haastattelulomakkeessa. Haasteltavat halusivat palata vielä ihmissuhteisiinsa ja raha-asioihinsa. Tämän avoimen kysymyksen vastaukset sijoittelin sopivien teemojen alle täydentämään taulukoita.

## 11. TULOSTEN YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä osiossa tarkastelen, millaisen vastauksen tutkimuksen tulokset antavat tutkimuskysymyksiini. Päättämistehtäväni oli selvittää, millainen on asumispalvelussa asuvien mielenterveyskuntoutujien hyvinvointi. Päättämistehtävää tarkentamassa olivat alatehtävät, joissa selvitin, mistä asioista hyvinvointi muodostuu asumispalvelussa ja minkälaiseksi vastaajat kokivat oman hyvinvointinsa asumispalvelussa. Tässä osiossa tarkastelen myös, miltä tutkimuksen tulokset näyttävät muiden esittelemieni tutkimuksien rinnalla.

Kuvio 1. Tyytyväisyyden jakautuminen hyvinvoinnin ulottuvuuksien välillä.



Viitekehyksessäni jaan hyvinvoinnin ulottuvuudet kolmeen eri osatekijään, Erik Allardtin tarveperustaisen hyvinvoinnin määritelmän mukaan. Kuviossa 1 kuvaan absoluuttisten tunnuslukujen avulla, kuinka usein eri tyytyväisyysasteet toistuivat kunkin hyvinvoinnin osatekijän alueella. Kuviosta näkee selkeästi, että haastateltavat olivat huomattavasti useammin tyytyväisiä kuin tyytymättömiä hyvinvointiinsa liittyvissä seikoissa. Tästä voi siis päätellä, että heidän

hyvinvointinsa on pääasiassa hyvä. Elintaso-luokassa hyvinvointia tukeviksi tekijöiksi nousivat osallisuus yksilötasolla sekä asumismuoto ja – ympäristö. Hyvinvointia rajoittaviksi tekijöiksi nousivat terveyteen liittyvät haasteet sekä talousasioihin (lähinnä käyttörahoihin) liittyvä tyytymättömyys. Itsensä toteuttaminen-luokassa hyvinvointia tuki varsinkin tyytyväisyys vapaa-aikaan ja sitä rajoittavaksi tekijäksi nousi selkeimmin tyytymättömyys palveluihin. Yhteisyyssuhteet-luokassa nousi erittäin voimakkaasti esille ihmissuhteiden positiivinen vaikutus hyvinvointiin. Enemmistö vastaajista koki itsensä onnelliseksi ja sanoi olevansa tyytyväinen tämänhetkiseen elämäänsä, riippumatta tyytymättömyyden esiintymisestä joillakin kolmesta osa-alueesta.

Nostin esille kaksi kanssani samaan opinnäytetyöryhmään kuulunutta tutkimusta, joiden toimeksiantajana oli myös Oulun kaupunki. Palmun ja Pesolan (2013) opinnäytetyössä tutkittiin oululaisten itsenäisesti asuvien mielenterveyskuntoutujien hyvinvointia, ja Kivarin sekä Peltoniemen (2013) opinnäytetyö tutki mielenterveyskuntoutujille tarkoitetun palvelukodin Allimarian asukkaiden hyvinvointia. Heidän tutkimuksensa tulokset ovat jokseenkin yhteneviä oman tutkimukseni tulosten kanssa. Hyvinvointi koettiin kaikissa kolmessa tutkimuksessa enemmän hyväksi kuin huonoksi, ja hyvinvointia tukeviksi tekijöiksi nousivat kaikissa kolmessa tutkimuksessa ihmissuhteet sekä tyytyväisyys asumiseen, tukeen ja ohjaukseen.

Sekä Palmun ja Pesolan että Kivarin ja Peltoniemen tutkimuksissa hyvinvointia heikentäviksi asioiksi nousivat tyytymättömyys taloudellisiin asioihin sekä terveyteen liittyvät haasteet. Nämä tulokset ovat yhteneviä oman tutkimukseni tulosten kanssa. Mielenkiintoista on, että Palmun ja Pesolan tutkimuksessa vapaa-ajan viettoon liittyvät asiat nousivat esille hyvinvointia rajoittavana tekijänä, kun taas tämä osa-alue nousi sekä omassa tutkimuksessani että Kivarin ja Peltolan tutkimuksessa esille hyvinvointia tukevana seikkana. Osallisuus yhteiskuntatasolla ilmeni kaikissa kolmessa tutkimuksessa huonona, kun taas yksilötasolla se koettiin jokseenkin hyvänä.

Vuoden 2011 Mielenterveysbarometrissa yhtenevät teemat oman työni kanssa olivat mielenterveyskuntoutujien osallisuus yhteiskunnassa ja työelämässä sekä



tyytyväisyys mielenterveyspalveluihin. Nostan esille vain mielenterveyskuntoutujien vastauksia, koska koen niiden olevan olennaisimpia tässä yhteydessä. Mielenterveyskuntoutujien asemaa suomalaisessa yhteiskunnassa selvitettiin mielenterveysbarometrissä asteikkokysymyksellä. Asteikossa luku 1 kuvasi täysin yhteiskunnan ulkopuolella olevaa jäsentä (mielenterveyskuntoutujaa) ja luku 10, yhteiskunnan täysivaltaista jäsentä. Barometriin vastanneet mielenterveyskuntoutajat kokivat osallisuutensa hieman keskimääräistä paremmaksi (KA: 5,8) (hakupäivä 1.1.2014.) Tämä tulos on oman tutkimukseni tulosta parempi. Opinnäytetyöni haastateltavista vähemmistö kertoi pyrkivänsä yhteiskunnalliseen.

Mielenterveysbarometrissä selvitettiin myös kuntoutujien tyytyväisyyttä palveluihin. Omassa tutkimuksessani se jakoi mielipiteitä. Silti enemmistö vastaajista oli täysin tai jokseenkin tyytyväisiä. Mielenterveysbarometrissä selvä enemmistö kuntoutujista oli sitä mieltä, että he olivat saaneet sopivasti mielenterveyspalveluita (74%) ja että palvelut olivat olleet hyvälaatuisia (78%) (Hakupäivä 5.1.2014). Työelämää koskevia tuloksia en näe aiheelliseksi tuoda esiin, sillä omassa tutkimuksessani työelämä jäi hyvin taka-alalle vastaajien ollessa enimmäkseen eläkeläisiä.

## 12. POHDINTA

Opinnäytetyön tekeminen on ollut minulle pitkä ja vaikea, mutta myös opettava ja palkitseva kokemus. Koin haasteelliseksi sen, että tulin tutkintoni kolmannen vuoden alussa Oulun seudun ammattikorkeakouluun siirto-opiskelijana ja aloitin oman opinnäytetyöprosessini tavallista myöhemmin. Siirto-opiskelun myötä, myös käytännön asioita piti opetella uusiksi. Olin kaksi vuotta tehnyt kirjallisia tehtäviä toisen ammattikorkeakoulun opinnäytetyönohjeen mukaan. Tämä tarkoitti sitä, että joudun alkajaisiksi opettelemaan uusiksi lähdemerkinnät ja muut kirjallisen raportin ulkoasuun liittyvät koulukohtaisen vaatimukset.

Suunnittelin aluksi tekeväni opinnäytetyön, joka liittyi vanhemmuuden tukemiseen, mutta samoihin aikoihin kun päätös oli ajankohtainen, työllistyin mielenterveystyöhön. Pidin kovasti uudesta toimintakentästä ja päätin, että haluan tehdä opinnäytetyön, joka liittyi mielenterveyskuntoutujiin. Pääsin mukaan opinnäytetyöryhmääni ja olen tyytyväinen valintaani. Uskon, että se oli paras ratkaisu oman ammatillisuuteni kehittymisen kannalta, sillä toivon, että tulen jatkossakin työllistymään mielenterveystyöhön.

Olin opinnäytetyötä aloittaessani varma, että yksintyöskentely sopi minulle parhaiten, mutta kuitenkin näin prosessin lähetessä loppuaan olen pohtinut, että olisiko parityöskentely kuitenkin ollut antoisampaa. Toisinaan työskentely tuntui raskaalta ja paikoillaan junnaavalta. Kirjoittaminen olisi varmasti ollut tehokkaampaa, jos mukana olisi ollut pari, joka olisi kannustanut ja jaksanut silloin, kun tuntui, että oma motivaatio ei ollut parhaimmillaan. Olin kuitenkin osana opinnäytetyöryhmää, jossa tuotettiin viisi keskenään vertailukelpoista opinnäytetyötä samasta aihepiiristä, ja toisten opiskelijoiden tuki toi intoa omaankin työskentelyyn, mikä helpotti yksin toimimista. Oli helpottavaa huomata, että he pähkäilivät samojen asioiden kanssa kuin minäkin. Vaikka opinnäytetyöryhmään kuuluminen toi paljon positiivista, se antoi työskentelylle myös omat haasteensa. Viitekehyksen tuli olla yhtenevä, jotta tutkimukset olisivat keskenään vertailukelpoisia, eli sitä työstettiin yhdessä, tämä toi mukanaan aikataulutukseen liittyviä haasteita.

Mainitsin omiksi oppimistavoitteikseni tutkimuksellisen osaamisen kehittämisen ja sen soveltamisen ammattialaani. Koen, että prosessin myötä opin paljon tutkimuksen tekemisestä ja saavutin itselleni asettamani tavoitteet. Tämä oli ensimmäinen opinnäytetyöni, joten monet asiat olivat minulle täysin uusia. Jälkikäteen tarkasteltuna koen, että olen kehittynyt ammattialani tutkimuksellisessa kehittämisessä ja hahmotan hyvin tutkimuksen tekemisen pääpiirteet. Erityisen tärkeä oppimistavoite oli hyvinvoinnin ulottuvuuksien tarkastelu ja niiden merkityksen ymmärtäminen mielenterveyskuntoutujien näkökulmasta. Tämä tavoite oli minulle tärkeä erityisesti siksi, että olen itse vaikuttamassa työssäni näihin ulottuvuuksiin. Koen, että tutkimuksen tekemisen myötä ammatillinen osaamiseni on lisääntynyt ja pystyn käytännön työssäni tarkastelemaan syvällisemmin omaa toimintaani ja sen vaikutusta mielenterveyskuntoutujiin. Koen myös, että mielenterveyteen liittyvän opinnäytetyön tekeminen on hyödyksi muillakin sosionomin työkentillä. Mielenterveyden tukeminen on oleellinen osa ammattitaitoani, riippumatta asiakasryhmästä.

Haastatteluiden tekeminen oli mielekäs osa tutkimusta, koska minusta tuntui, että pääsin viimeinkin asian ytimeen. Esihaastatteluista huolimatta, en jälkikäteen ollut täysin tyytyväinen haastattelulomakkeeseen. Esimerkiksi työelämään liittyvät kysymykset olivat turhia, koska enemmistö vastaajista oli eläkkeellä. Toisaalta tätä en voinut tietää esihaastatteluiden perusteella, vaan vasta vapaaehtoisten ilmoittautuessa. Haastatteluista olisi myös voinut saada enemmän materiaalia jos olisin ollut kokeneempi haastattelija. Pelkäsin johdattelevani haasteltavia liikaa ja näin heikentäväni tutkimuksen luotettavuutta. Näistä syistä jätin kysymättä tarkennuksia, jotka olisivat saattaneet tuoda lisää tietoa käsitteillä olleesta asiasta. En myöskään halunnut korjata haasteltavien käsityksiä, vaikka ne olivatkin oman käsitykseni mukaan väärin. Tällä tarkoitan esimerkiksi sitä, että eräs vastaajista koki, että hän ei saanut mitään palveluita kunnalta, vaikka hän asuikin kunnan hankkimassa asumispalvelussa. Toisaalta tämä ei vaikuttanut tutkimuksen tuloksiin, koska vastaaja oli jo kertonut mielipiteensä asumismuodostaan ja palvelukodista.

Tein opinnäytetyöni jotta se hyödyttäisi mielenterveyskuntoutujien hyvinvointia. Vaikka tutkimukseni tulokset osoittavat, että vastaajien hyvinvointi on pääasiassa hyvää, kehittämistä löytyy aina. Uskon, että tämä asiakasryhmä hyötyisi paljon työtoiminnan lisäämisestä. Tässäkin yksikössä on työtoiminnan mahdollisuus, mutta resurssien vuoksi kaikki eivät pääse säännöllisesti käymään siellä, vaikka halukkuutta varmasti löytyisi. Työ ei ole pelkästään taloudellinen pakko, vaan se tuo mielekästä sisältöä elämään ja se on keino hallita arkea (Klemelä, Raila 2009, 14. Hakupäivä 5.1.2014). Työtoimintamahdollisuuksia lisäämällä sijoitettaisiin suoraan mielenterveyskuntoutujien hyvinvointiin.

Yhteiskunnallisen osallisuuden vähäisyys ja siihen liittyvät haasteet nousivat esiin omassa työssäni, sekä myös esittelemissäni samassa opinnäytetyöryhmän tutkimuksissa. Tästä herää väistämättä kysymys, mistä osallisuuden vähäisyys ja siihen liittyvät haasteet johtuvat ja kuinka niihin voisi vaikuttaa? Näen osallisuuden vahvistamisen keskeisenä kehityshaasteena mielenterveyskuntoutujien palveluiden kehittämisessä. Osallisuuden tukemisella on voimaannuttava vaikutus mielenterveyskuntoutujaan ja se toimii ehkäisevänä osatekijänä syrjäytymiselle, sekä monille muille sosiaalisille ongelmille.

Mielestäni opinnäytetyöhöni liittyvänä jatkotutkimuksena voisi esimerkiksi suorittaa vastaavanlaisen tutkimuksen, mutta huomattavasti isommalla otoksella. Tämä toisi kattavamman kuvan esimerkiksi alueellisista eroista mielenterveyspalveluiden välillä. Jatkotutkimusehdotuksena nostan esiin myös mielenterveyskuntoutujien osallisuuteen ja päivä- sekä työtoiminnan toimivuuteen ja kehittämiseen liittyvät tutkimukset.

## LÄHTEET

Alkula, T., Pöntinen, S. & Ylöstalo, P. 1994. Sosiaalitutkimuksen kvantitatiiviset menetelmät. Helsinki: WSOY.

Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY.

Creswell, J. W., Plano Clark, V. L. cop. 2007. Designing and conducting mixed methods research. Thousand Oaks (CA): SAGE Publications.

Denzin, N. K., Lincoln, Y. S. 2000. Handbook of qualitative research. 2nd ed. Thousand Oaks: Sage Publications.

Eid, M., Larsen, R. J. cop. 2008. The science of subjective well-being. New York: Guilford Press.

Fitzpatrick, T. 2011. Welfare theory : an introduction to the theoretical debates in social policy. 2. Hampshire: Palgrave Macmillan.

Hakkarainen, T., Landen, P., Luhtanen M., Peltosalmi j., Siltaniemi A. & Särkelä R. 2012. Sosiaalibarometri 2012. Ajankohtainen arvio palveluista, palvelujärjestelmän muutoksesta ja kansalaisten hyvinvoinnista. Vaasa:Fram.

Heiskanen, T., Lytikäinen, M. & Sassi, P. 2006. Miten mielenterveyttä edistetään. Helsinki: Suomen mielenterveysseura.

Hirsjärvi, S., Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu : teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hietaharju, P., Nuuttila M. 2010. Käytännön Mielenterveystyö. Latvia: Tammi

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Järvikoski, A., Härkäpää, K. 2011. Kuntoutuksen perusteet : näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen. 5. uud. p. Helsinki: WSOYpro.

Järvinen, P., Järvinen, A. 2000. Tutkimustyön metodeista. Tampere: Opinpajan kirja.

Kajaanin ammattikorkeakoulu, opinnäytetyöpakki 2012. Hakupäivä 22.1.2013.  
<http://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali>

Karjalainen, S. 2002. Tutkijan eettiset valinnat. Helsinki: Gaudeamus.

Kettunen, T., Ihalainen, J. & Heikkinen, H. 2001. Monimuotoinen sosiaaliturva. 3. uud. p. Helsinki: WSOY.

Kivari, A. Peltoniemi, N. 2013. Hyvinvointi mielenterveyskuntoutujilla Oulun kaupungin AlliMarian palvelukodissa. Opinnäytetyö. Oulun Seudun Ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma.

Klemelä, R. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 2009. Hakupäivä 5.1.2014  
<http://www.mielenterveysseura.fi/files/276/hyvinvoinninOPAS15.9.pdf>

Koppa, Jyväskylän yliopisto 2012. Hakupäivä 24.1.2013.  
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat>

Koskisuus, J. 2004. Eri teitä perille : mitä mielenterveyskuntoutus on? Helsinki: Edita.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka : aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

KvaliMOTV. Hakupäivä 28.1.2013.  
<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/index.html>

KvantiMOTV 2007. hakupäivä 9.6.2013

<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/mittaaminen/ominaisuudet.html#likert>

Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä: fenomenografinen lähestymistapa. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.

Mielenterveyden keskusliitto, Mielenterveysbarometri 2011 yhteenveto.

Hakupäivä 22.9.2013,

<http://http://www.mtkl.fi/@Bin/1279065/Barometri+2011+yhteenveto.pdf>

Mikeva oy 2013. Hakupäivä 14.12.2013. <http://www.mikeva.fi/yritys/>

Mäkinen, P., Raatikainen, E., Rahikka, A. & Saarnio, T. 2009. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOY.

Moisio, P. 2008. Suomalaisten hyvinvointi 2008. 2.p. [Helsinki]: Stakes.

Ojanen, M. 2001. Ilo, onni, hyvinvointi. Helsinki: Kirjapaja.

Onkalo, P. Hyvinvoinnin lähteillä, Suomen Mielenterveysseura. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 2009. Hakupäivä 24.8.2013

<http://www.mielenterveysseura.fi/files/276/hyvinvoinninOPAS15.9.pdf>

Oulun kaupunki, Oulun työllisyysverkko. Hakupäivä 26.10.2013.

<http://www.ouka.fi/oulu/tyollisyysverkko/tyottomien-terveystarkastukset>

Palmu M. Pesola I-M. 2013. Itsenäisesti asuvien ohjauspalveluita käyttävien mielenterveyskuntoutujien hyvinvointi Oulun kaupungissa. Opinnäytetyö. Oulun Seudun Ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma.

Rauhala, L. 1983. Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Gaudeamus.

Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma. Mieli 2009-työryhmän ehdotukset mielenterveys- ja

päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Hakupäivä 25.10.2013.

<http://pre20090115.stm.fi/pr1233819605898/passthru.pdf>

Talentia. 2012. Arki, arvot, elämä ja etiikka. Sosiaali-alan ammattilaisen eettiset ohjeet. Helsinki.

Tuomi, J., Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5., uud. laitos. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2013. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Helsinki



## HAASTATTELULOMAKE

## Peruskysymykset

1. Minkä ikäinen olet?	
2. Sukupuoli?	Mies/Nainen

## Elintaso (having)

3. Oletko töissä tällä hetkellä?	Kyllä
4. Jos olet työelämässä, kuinka tyytyväinen olet työelämääsi?	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p> <p>E. en osaa sanoa tai en ole</p>
Miksi?	
5. Riittävätkö tulosi pakollisiin menoihisi?	Kyllä /Ei



<p>8. Kuinka tyytyväinen olet asuinympäristöösi? Tällä tarkoitetaan esimerkiksi palvelukodin viihtyvyyttä sekä sijaintia.</p> <p>Miksi</p>	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p> <p>E. en osaa sanoa</p>
<p>9. Opiskeletko, tai osallistutko johonkin muuhun koulutukseen tällä hetkellä?</p>	<p>Kyllä/Ei</p>
<p>10. Jos opiskelet, niin kuinka tyytyväinen olet saamaasi koulutukseen?</p>	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p>

<p>Miksi?</p>	<p>E. en osaa sanoa tai en opiskele</p>
<p>11. Kuinka tyytyväinen olet terveydentilaasi?</p> <p>Miksi?</p>	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p> <p>E. en osaa sanoa</p>

Itsensä toteuttaminen (being)

<p>12. Osallistutko johonkin järjestettyyn toimintaan? Esimerkiksi vapaaehtoistyöhön, vertaistukiryhmiin, päivätoimintaan, työtoimintaan?</p> <p>Jos osallistut niin mihin?</p>	<p>Kyllä /Ei</p>
<p>13. Kuinka tyytyväinen olet vapaa-aikaasi?</p> <p>Miksi?</p>	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p> <p>E. en osaa sanoa</p>

<p>14. Millaisia palveluja saat tällä hetkellä?</p> <p>Palveluilla tarkoitetaan kunnan tarjoamia palveluja, kuten päivätoiminta, kotipalvelu, mielenterveyspalvelut, työllistymiseen liittyvät palvelut ym.</p>	
<p>15. Kuinka tyytyväinen olet saamiisi palveluihin?</p> <p>Miksi?</p>	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p> <p>E. en osaa sanoa</p>

<p>16. Kuinka tyytyväinen olet saamaasi tukeen ja ohjaukseen?</p> <p>Miksi?</p>	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p> <p>E. en osaa sanoa</p>
<p>18. Äänestätkö, tai pyritkö muuten vaikuttamaan yhteiskunnallisiin asioihin?</p>	<p>Kyllä/Ei</p>
<p>18. Kuinka tyytyväinen olet omaan osallisuuteesi/ osallistumiseesi sinuun vaikuttavissa ja sinua koskevissa asioissa?</p> <p>Miksi?</p>	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p> <p>E. en osaa sanoa</p>

--	--

### Yhteisyyssuhteet (loving)

<p>19. Miten kuvailisit ihmissuhteitasi?</p>	
<p>20. Kuinka tyytyväinen olet ihmissuhteisiisi?</p> <p>Miksi?</p>	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p> <p>E. en osaa sanoa</p>



<p>21. Koetko itsesi onnelliseksi?</p>	<p>Kyllä /Ei</p>
<p>22. Kuinka tyytyväinen olet tämän hetkiseen elämääsi?</p> <p>Miksi?</p>	<p>A. täysin tyytyväinen</p> <p>B. jokseenkin tyytyväinen</p> <p>C. jokseenkin tyytymätön</p> <p>D. täysin tyytymätön</p> <p>E. en osaa sanoa</p>
<p>23. Haluaisitko kertoa jotain muuta elämästäsi, joka mielestäsi vaikuttaa hyvinvointiisi?</p>	



## OPINNÄYTETYÖN YHTEISTYÖSOPIMUS

I Toimijat		
Tekijä (Opiskelija)	Etunimi Helena	Sukunimi Pöyskö
	Osoite [REDACTED]	Sähköpostiosoite [REDACTED]
	Puhelinnumero [REDACTED]	Koulutusohjelma Sosiaali- ja terveysala
Toimeksi- antaja	Organisaation nimi Oulun kaupungin sosiaali- ja terveystoimi / Mielenterveys- ja sosiaalipalvelut	
	Työn ohjaaja/yhteyshenkilö	Osoite
	Puhelin	Sähköposti
Oulun seudun ammatti- korkeakoulu	Yksikön nimi Sosiaali- ja terveysalan yksikkö	
	Ohjaava opettaja Seija Kokko, Piirjo Ylkauma	Osoite
	Puhelin [REDACTED]	Sähköposti [REDACTED]
Opinnäytetyön ohjaus ja vastuu	Vastuu opinnäytetyön tekemisestä ja tuloksista on Tekijällä. Ammattikorkeakoulun vastuu rajoittuu opinnäytetyön tavanomaiseen ohjaukseen. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan Tekijän käyttöön kaikki opinnäytetyön tekemisessä tarvittavat julkiset tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan opinnäytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta. Jos opinnäytetyön tekeminen edellyttää salassa pidettävien tietojen tarkastelemista, laaditaan siitä tarvittaessa erillinen salassapitosopimus.	
Tulosten julkistaminen ja luottamuksellisuus	Opinnäytetyö on kokonaisuudessaan julkinen. Mikäli opinnäytetyö sisältää liikesalaisuuksia tai muita julkisuuslaissa salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja, on opinnäytetyön raportti laadittava niin, että tietojen luottamuksellisuus säilyy. Tarvittaessa salassa pidettävät tiedot on jätettävä työn tausta-aineistoon. Opinnäytetyö raportoidaan ammattikorkeakoulujen verkkokirjasto Theseukseen ( <a href="http://www.theseus.fi">http://www.theseus.fi</a> ) tai Oulun seudun ammattikorkeakoulun Intraan. Opinnäytetyötoimijat päättävät raportointitavan opinnäytetyön valmistuttua. Tekijä, Toimeksiantaja ja Ohjaava opettaja sitoutuvat pitämään salassa kaikki opinnäytetyön tekemisessä ja sitä edeltävissä tai sen jälkeisissä neuvotteluissa esiin tulevat luottamukselliset tiedot ja asiakirjat sekä pidättäytymään käyttämästä hyväkseen toisen osapuolen ilmaisemia luottamuksellisia tietoja ilman erillistä lupaa.	
II Suunnitelma		
Opinnäytetyö	Aihe/työnimi Oululaisten mielenterveyskuntoutujien hyvinvointi yksityisessä asuinpalveluyksikössä	
	Kehittämis-/tutkimustehtävän tavoite ja tulos Tuottaa vertailukelpoista tietoa mielenterveyskuntoutujien hyvinvoinnista	
	Keskeiset menetelmät Aineistotriangulaatio, lomakehaastattelu	



	Toimeksiantaja maksaa opiskelijalle tai ammattikorkeakoululle työn tekemisestä	<input type="checkbox"/> Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei
	Opinnäytetyölle on nimetty ohjaajaksi työelämän edustaja	<input type="checkbox"/> Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei
	Toimeksiantaja hyödyntää opinnäytetyön tuloksia toiminnassaan	<input checked="" type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei
	Tarkempi selvitys opinnäytetyösuunnitelmassa _____, 20____	
<b>Allekirjoitus</b>	Hyväksyn opinnäytetyön toteutuksen ja ohjauksen Toimijat ja Suunnitelma -kohdissa esitetyllä tavalla.	
	Päivämäärä <u>31.10.2013</u>	Ohjaajan opettajan allekirjoitus <u>Sara Lehto / OAMK KOKKO</u>
<b>III Sopimusehdot</b>		
<b>Oikeudet tuloksiin ja muuhun opinnäytetyöhön liittyvään aineistoon, laitteisiin ja sovelluksiin</b>	<p>Valitaan A, B, C tai D.</p> <p><b>A <input checked="" type="checkbox"/> Käyttöoikeuden luovutus (ei muunteluoikeutta)</b> Tekijänoikeus opinnäytetyön tuloksiin kuuluu opinnäytetyön Tekijälle (Opiskelijalle).</p> <p>Tekijä myöntää Toimeksiantajalle rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään aineistoon. Toimeksiantaja saa valmistaa opinnäytetyöstä kopioita, esittää ja näyttää aineistoa ja levittää opinnäytetyöstä tehtyjä kappaleita. Toimeksiantajalla ei ole oikeutta muuttaa opinnäytetyötä ilman Tekijän lupaa. Muusta käytöstä on sovittava erikseen kirjallisesti.</p> <p>Toimeksiantaja ei voi siirtää tämän sopimuksen mukaista käyttöoikeutta kolmannelle osapuolelle. Käyttöoikeus on voimassa _____, 20____ saakka.</p> <p>Tekijä luovuttaa Oamkille rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään materiaaliin ilman erillistä korvausta. Käyttöoikeus sisältää oikeuden säilyttää opinnäytetyö ja siihen liittyvä materiaali sekä käyttää sitä opetus- ja tutkimustoiminnassa, kirjastopalveluissa, toimintansa esittelyssä ja markkinoinnissa ja muussa tavanomaisessa toiminnassaan.</p> <p><b>B <input type="checkbox"/> Käyttöoikeuden luovutus (sisältää muunteluoikeuden)</b> Tekijänoikeus opinnäytetyön tuloksiin kuuluu opinnäytetyön Tekijälle (Opiskelijalle).</p> <p>Tekijä myöntää Toimeksiantajalle rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään aineistoon. Toimeksiantaja saa valmistaa opinnäytetyöstä kopioita, esittää ja näyttää aineistoa ja levittää opinnäytetyöstä tehtyjä kappaleita sekä tehdä siihen levittämisen ja yleisön saataville saattamisen kannalta tarpeelliset muutokset. Muusta käytöstä on sovittava erikseen kirjallisesti.</p> <p>Toimeksiantaja ei voi siirtää tämän sopimuksen mukaista käyttöoikeutta kolmannelle osapuolelle. Käyttöoikeus on voimassa _____, 20____ saakka.</p> <p>Tekijä luovuttaa Oamkille rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään materiaaliin ilman erillistä korvausta. Käyttöoikeus sisältää oikeuden säilyttää opinnäytetyö ja siihen liittyvä materiaali sekä käyttää sitä opetus- ja tutkimustoiminnassa, kirjastopalveluissa, toimintansa esittelyssä ja markkinoinnissa ja muussa tavanomaisessa toiminnassaan.</p> <p><b>C <input type="checkbox"/> Taloudelliset tekijänoikeudet luovutetaan kokonaan toimeksiantajalle</b> Tekijä (Opiskelijalla) luovuttaa Toimeksiantajalle kaikki opinnäytetyöhön ja sen tuloksiin liittyvät taloudelliset tekijänoikeudet. Toimeksiantajalla on oikeus luovuttaa tämän sopimuksen mukaiset oikeudet edelleen kolmannelle osapuolelle Tekijää kuulematta ja tehdä levittämisen ja yleisön saataville saattamisen kannalta tarpeelliset muutokset.</p> <p>Oikeusiensiihtoon sisältyy, mutta ei rajoitu, kaikki oikeudet muuntaa, välittää, esittää julkisesti ja levittää tallennetta, siirtää se toiselle medialle ja valmistaa kopioita (myös otteita) esittämistä, myyntiä, vuokraamista tai muuta levittämistä varten hyödyntämällä sähköistä, analogista- tai digitaalteknologiaa, cd- ja dvd-formaatteja, multimediaa, printtimediaa, tietoverkkoja ja videovuokrausjärjestelmiä ja muita vastaavia teknologisia ratkaisuja jakelutavasta riippumatta.</p> <p>Tekijä vakuuttaa, että hänellä on oikeus luovuttaa kaikki edellä mainitut oikeudet, ja että kyseiset oikeudet eivät Tekijän parhaan tiedon mukaan loukkaa kolmannen osapuolten oikeuksia.</p> <p>Toimeksiantaja luovuttaa Oamkille rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään materiaaliin ilman erillistä korvausta. Käyttöoikeus sisältää oikeuden säilyttää opinnäytetyö ja siihen liittyvä materiaali sekä käyttää sitä opetus- ja tutkimustoiminnassa, kirjastopalveluissa, toimintansa esittelyssä ja markkinoinnissa ja muussa tavanomaisessa toiminnassaan.</p> <p><b>D <input type="checkbox"/> Tekijänoikeuksista sovitaan erikseen</b> Tekijä ja Toimeksiantaja ovat sopineet opinnäytetyön ja sen tulosten tekijänoikeuksista luovuttamisesta seuraavaa:</p>	